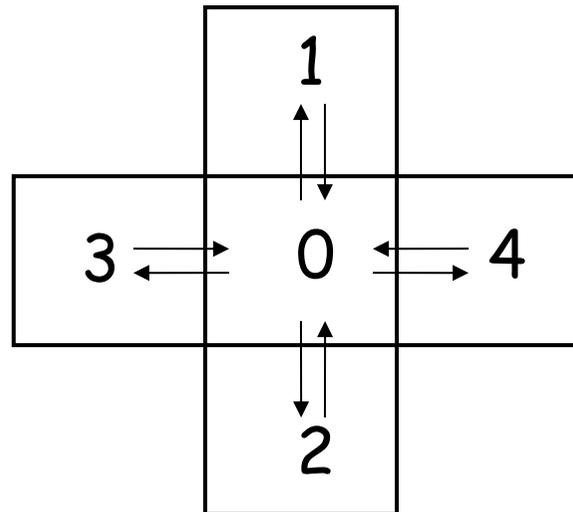


SAUT EN CROIX - ATELIER D'ATTENTE



2 Ateliers, 1 équipe par Atelier

Je dois réaliser le plus de sauts possibles dans les cases 1, 2, 3 et 4 en 15 secondes

L'enchaînement à effectuer est le suivant :

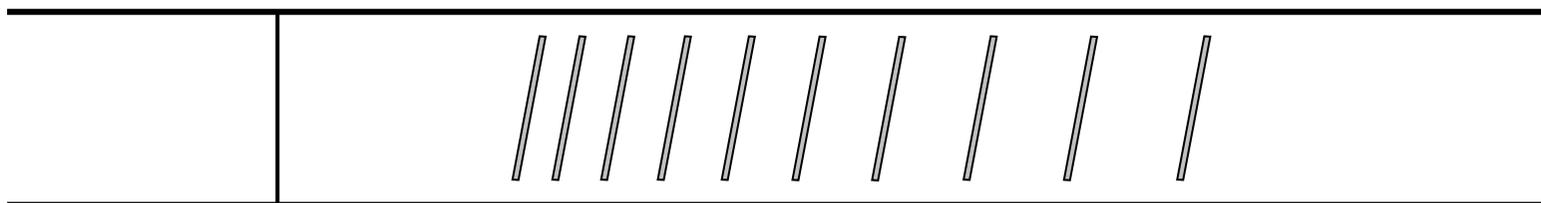
0 - 1 - 0 - 2 - 0 - 3 - 0 - 4 - 0 - etc.

Mon accompagnateur chronomètre les 15 secondes avec son téléphone ou un chronomètre ou à défaut compte jusqu'à 15 à haute voix



Animation Eveils-Poussins Halle de Mondeville

PAS DE GEANT - ATELIER D'ATTENTE



2 Ateliers, 1 équipe par Atelier

Je commence derrière la ligne et j'utilise le petit élan (1m) pour prendre un peu de vitesse

Je dois tenter d'aller le plus loin possible en mettant un appui dans chaque intervalle

Attention ! les intervalles sont de plus en plus grands

Si je place 2 appuis dans un intervalle ou si je pose le pied sur une latte, c'est terminé