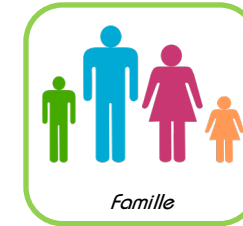
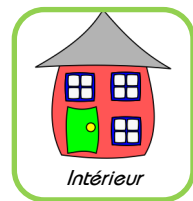


E-Rencontre 2

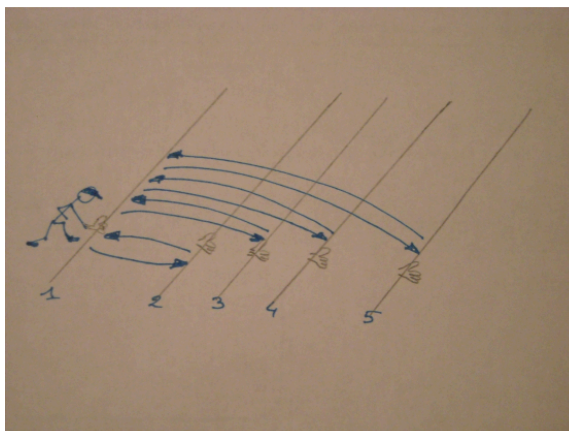
DEFI 5 GARDE LIGNE



MATERIEL

- 1 chronomètre
- 5 lignes parallèles au sol (lignes de carrelage, tracés à la craie, ...) ou 5 chaises disposées à la même distance les unes des autres.

DISPOSITIF



BUT DE L'ACTIVITE

- Se placer sur la 1^{ère} ligne ou à côté de la 1^{ère} chaise
- Au signal, Courir vers la 2^{ème} ligne (ou chaise), poser la main dessus et revenir au départ.
- Puis courir vers la 3^{ème} ligne (ou chaise), poser la main dessus et revenir au départ.
- Et ainsi de suite jusqu'à la 5^{ème} ligne (chaise) en touchant chaque ligne (ou chaise) de la main.

FORME DU DEFI

Réaliser l'enchaînement le plus vite possible.