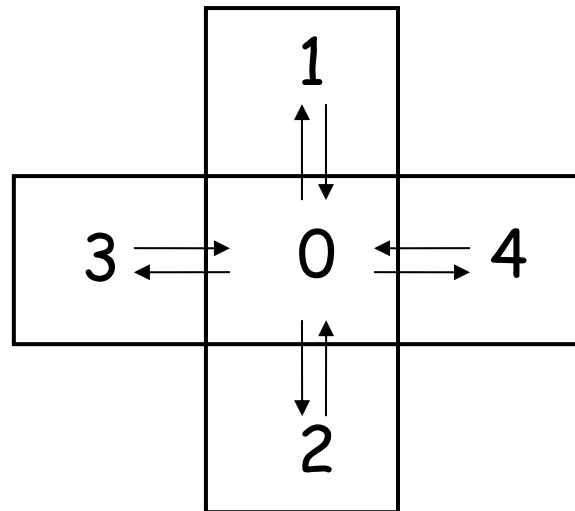


# SAUT EN CROIX - ATELIER D'ATTENTE



*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 :

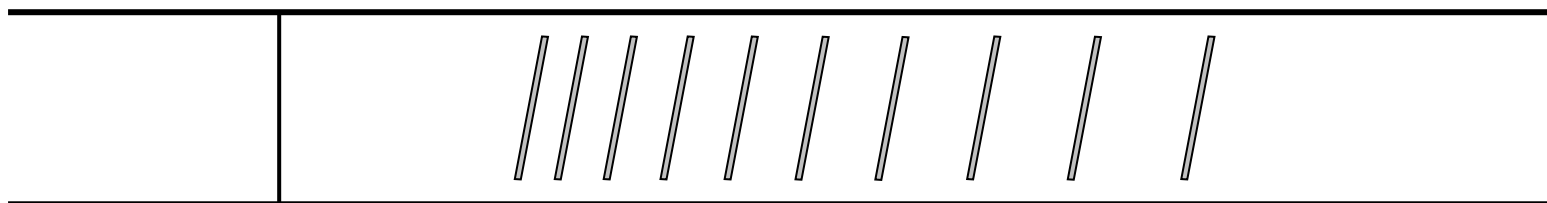
0 - 1 - 0 - 2 - 0 - 3 - 0 - 4 - 0 - etc.

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