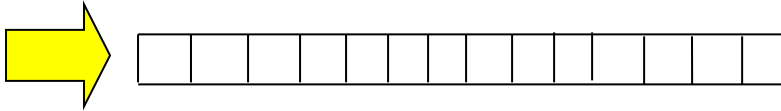



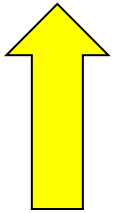
Epreuve 6 : défi sportif

Parcours chronométré pour neuf coureurs



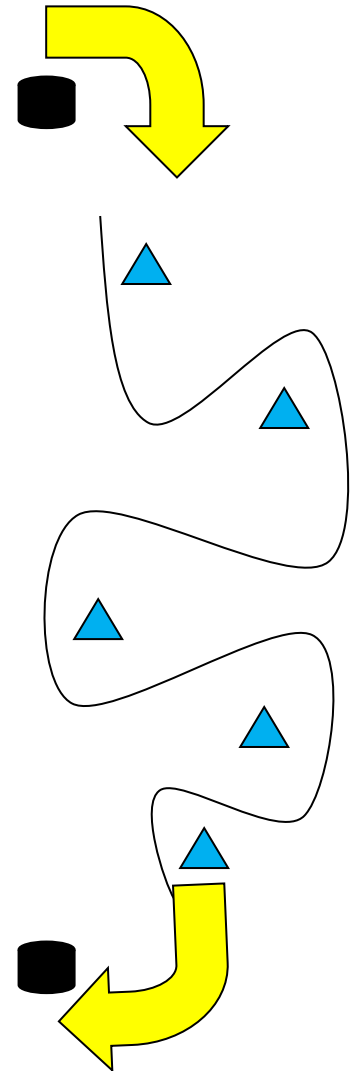
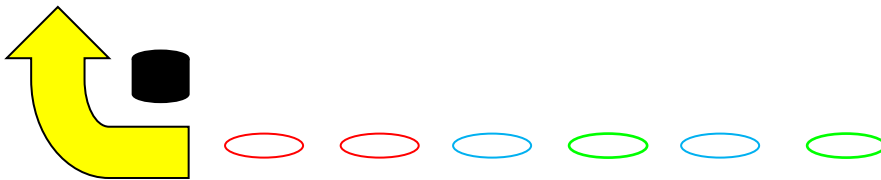
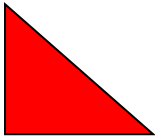
 Echelle de rythme : un pied par case

Slalom entre les plots



Cerceau: pied droit cerceau rouge, pied gauche cerceau vert, cerceau bleu pieds joints

Triangle : tour de pénalité si besoin



But : Finir le parcours le plus vite possible

Consignes :

Réaliser le parcours (échelle de rythme, slalom, cerceaux) et passer le témoin en tapant dans la main
Pied droit cerceau rouge, pied gauche cerceau vert, cerceau bleu les 2 pieds

Fautes observables

Rate un espace, erreur de slalom, erreur de lecture cerceaux.

⇒ Un triangle de pénalité par erreur sur le parcours.