

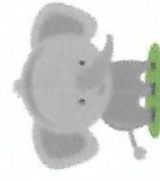












ANNEXE 11 Jeu de l'oie pour garder la forme. Matériel : 1 dé et des pions (autant de pions que de joueurs).

PETIT PARCOURS POUR GARDER LA FORME

 DEPART	 Rampe comme un serpent	 Marche 15 secondes comme un éléphant	 Fais 10 sauts	 Cours le + vite possible sur place	 Recule de 3 cases
 Rejoue	 Donne 10 coups de pied	 Recule de 5 cases	 Cache toi, les autres doivent te trouver	 Donne 4 coups de pied en sautant	 Avance de 4 cases
 Recule de 3 cases	 Porte 2 bouteilles d'eau pendant 30 sec	 Lance un objet 5 fois en l'air	 Donne 10 coups de poings	 Passe ton tour	 Marche à 4 pattes 15 secondes
 ARRIVEE	 Saute 10 fois à cloche pied	 Danse 30 secondes	 Retourne à la case départ	 Tourne 5 fois sur toi-même	 Fais 10 sauts de grenouille

LCDL