

Lacher les mains

Economie

- Appui des pieds

-PME

Objectifs

Lecture/
mémorisation

Technique

But du jeu

- Lachez 5 fois la main droite
- Lachez 5 fois la main gauche
- Comptez 5 secondes

Caractéristique
du support

- Grosses prises, voie facile

Système de points

- 1 main lachée 5 secondes = 1point

Consignes
techniques

- Bras tendus pendant le décompte
- Appuyez sur les pieds

Evolutions possibles