

# le feu et la glace

Economie

**Objectifs**

Lecture/  
mémorisation

Technique

-capacité à accélérer  
ou ralentir ses mou-  
vements en fonction  
des contraintes de la  
voie

But du jeu

accélérer dans les zones "brûlantes", ralentir  
dans les zones "froides"

Caractéristique  
du support

traversée ou voie divisée en secteurs bien  
visibles

Système de points

mesurer le temps cumulé des zones  
chaudes  
réaliser le meilleur chrono

Consignes  
techniques

penser à la fréquence des appuis pédestres  
synchroniser rythme respiratoire et gestuelle  
regard loin devant

Evolutions possibles

jouer sur la taille des zones, l'inclinaison