

arrêt obligatoire

Economie

Objectifs

Lecture/
mémorisation

Technique

-délayer sur une bonne prise pour pouvoir récupérer et anticiper

But du jeu

au signal sonore ou visuel(prise marquée),le grimpeur ne progresse plus mais peut bouger pour récupérer

Caractéristique
du support

voie ou traversée pas trop complexe

Système de points

Consignes
techniques

bras tendus,relâcher alternativement bras droit ou gauche en lâchant une main

Evolutions possibles

jouer sur temps d'arrêt par exemple