



Relais Natation

◆ Relais porteur d'eau

But

Transporter sur un tapis un seau plein d'eau sans le renverser.

Matériel

1 tapis par équipe.

1 seau par équipe.

Espace

Travailler sur la largeur.

Adapter la profondeur en fonction du groupe.

Organisation / Déroulement

Un tapis posé sur l'eau, en bordure.

A l'extérieur du bassin, les 2 joueurs de l'équipe. Au signal, le 1^{er} nageur entre dans l'eau et pose le seau sur le tapis, son partenaire peut l'aider.

Le nageur pousse ou tire le tapis jusqu'au bord opposé puis revient. Dès que le tapis touche le bord du bassin, le 2^{ème} nageur entre dans l'eau, le 1^{er} nageur lui maintient le tapis.

Attention : Le 1^{er} nageur n'a pas le droit de pousser le tapis pour aider son partenaire.

