



Relais Sauts

◆ « Record de longueur »

But

Sauter en équipe, le plus loin possible.

Matériel

Cerceaux plats ou marquage au sol.

Plot de départ.

Espace

Terrain en herbe.

Organisation / Déroulement

Constituer des équipes de 6 sauteurs.

Le sauteur 1 est au plot de départ. Il prend 5 mètres d'élan, il prend appel 1 pied dans le cerceau et saute le plus loin possible.

Le cerceau est déplacé à la réception du sauteur.

Le sauteur 2 prend son élan (5m) avant le cerceau et saute le plus loin possible.

Le cerceau est déplacé à la réception et ainsi de suite.

L'équipe qui gagne est celle qui est allée le plus loin.

Variable

- Le nombre de sauteurs dans une équipe. Cela dépend de l'espace dont vous disposez.

Sauteur 1

