



Relais Lancers

◆ Vol au vent en relais

But

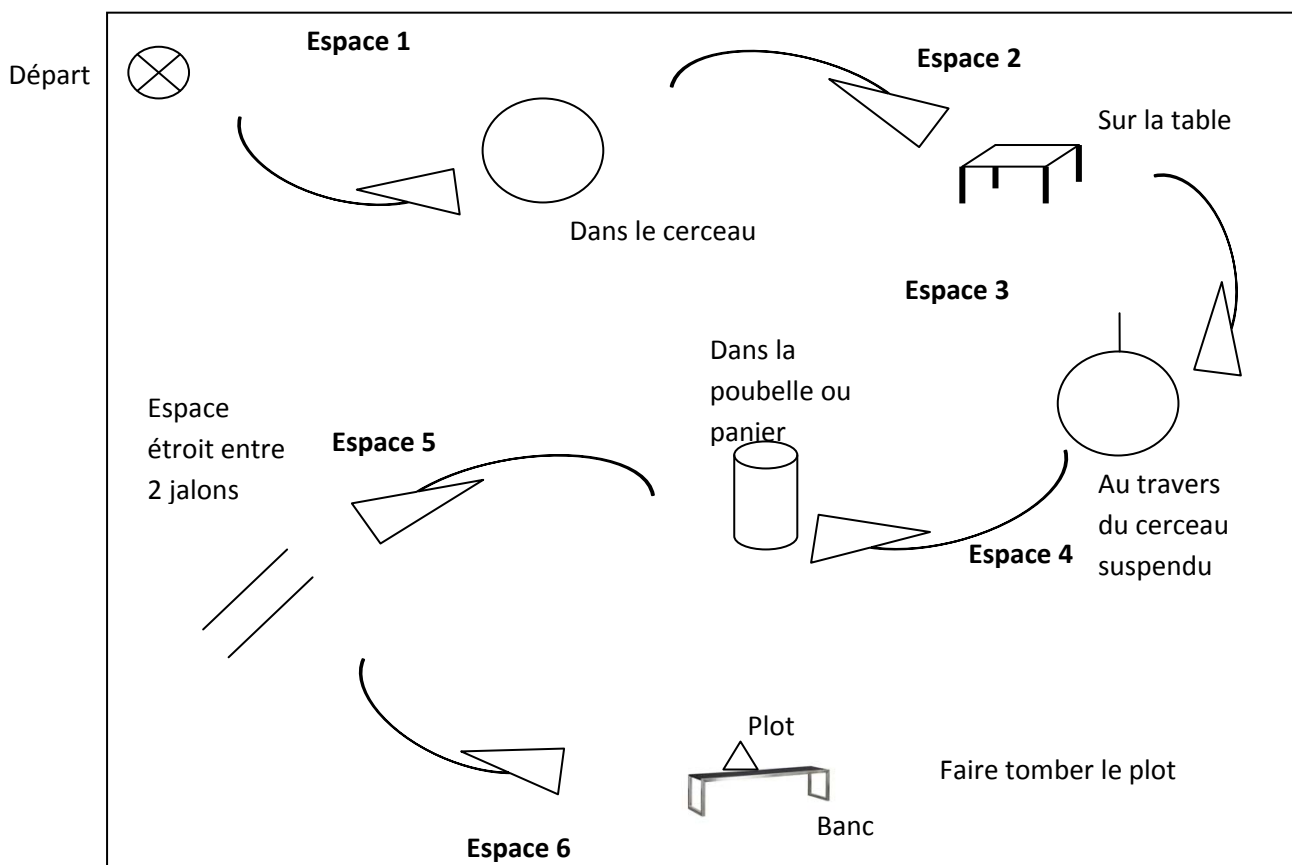
L'équipe qui gagne est celle qui réalise le parcours en moins de lancers.

Matériel

1 frisbee par équipe.

Plots, but, poubelle, tapis, cerceaux, etc. ...

Organisation / Déroulement



Proposer un parcours varié avec des lancers au sol, en hauteur, dans un but ou un panier, faire tomber un plot, etc. ...(le plus varié possible)

Chaque joueur de l'équipe (4 joueurs par équipe) doit lancer le frisbee de point en point avec le moins de lancers possibles.

Lorsqu'une équipe joue, une autre équipe compte.

Totaliser le nombre total de lancers par équipe.



Par sécurité, le 1^{er} lanceur joue, le 2^{ème} lanceur ne commence que lorsque le 1^{er} joueur est arrivé au 2^{ème} espace.