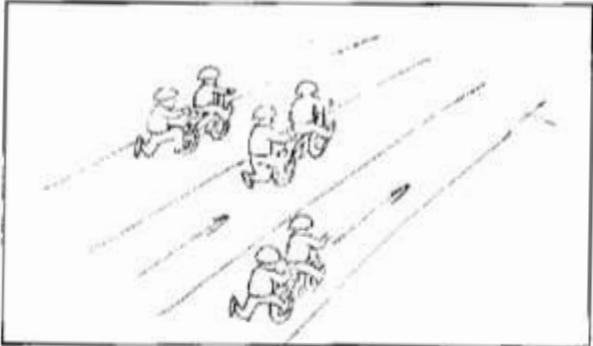


ADAPTER SES DEPLACEMENTS – ROULE ET GLISSE

1	Autre 2 roues	X			
SITUATION	DISPOSITIF		CONSIGNES	RELANCES	
RELAX I	<p>Parcours délimité en couloir ou en circuit fermé avec ou sans obstacles</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Matériel : Un engin roulant par doublette</p> <p>Organisation de la classe : En doublette : un pousseur / un cycliste Par vagues</p>		<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block; margin-bottom: 10px;"> Être la première équipe à franchir la ligne d'arrivée </div> <ul style="list-style-type: none"> - Le pousseur, à pied, propulse le cycliste (poussée de la main dans le dos) - Le cycliste est sur l'engin, en roue libre - Les deux équipiers doivent franchir la ligne d'arrivée en étant en contact 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Le cycliste peut être tracté (avec une corde par exemple). 2. Le cycliste peut franchir seul la ligne d'arrivée. 3. Imposer des positions différentes au cycliste : debout sur les pédales, guidon tenu d'une seule main... 4. Varier la forme du parcours (ligne droite, courbe, demi-tour, slalom plus ou moins ouvert...). 	