



Variantes de construction estafettes

Selon le matériel disponible sur les terrains de sport, il existe différentes possibilités de construire le parcours pour les estafettes. Dans cette annexe, nous vous proposons différentes idées.

1. Estafette course-saut

Lors de la préparation du terrain, il s'agit d'une part de placer les démarcations du parcours et de placer les points de départ pour les équipes d'autre part. Au niveau de ces points, les équipes marquent des points en effectuant ensemble des sauts à la corde. C'est également à ce niveau que le nombre de tours effectués est compté.



Dans cet exemple, le parcours a été délimité au moyen de bâtons de couleur et de rubans. Les points de départ ont été démarqués grâce à un bâton de couleur et un ruban au sol.



Dans cet exemple, le parcours a été délimité au moyen de bâton de couleur et de fil.



Parcours délimité par des plots. Les points de départ sont démarqués au moyen de deux plots et d'un ruban au sol.

2. Estafette risque-obstacle

Lors de la mise en place de cette estafette, il s'agit de délimiter la ligne de départ, les distances ainsi que les différentes voies pour les équipes. Plusieurs modalités d'obstacles peuvent en plus être conçues.



Dans cet exemple, les points de départ ont été démarqués à l'aide de bâtons de couleur et les voies par de la sciure. Deux types de haies d'entraînement servent d'obstacles



Aperçu de la délimitation des distances établies au moyen de sciure et de bâtons de couleur et de plots numérotés de 1 à 5.



Des cônes ont été utilisés pour démarquer les lignes de départ et les voies. Les obstacles sont constitués de bancs et de boîtes en carton.



Aperçu des différentes distances à parcourir, délimitées au moyen de cônes.



Les voies peuvent être délimitées avec du ruban.



Les différentes distances sont numérotées avec de la sciure.

3. Estafette puzzle-biathlon

Lors de la préparation du parcours, il s'agit de démarquer les lignes de départ et de lancer ainsi que les voies parallèles pour les différentes équipes. En plus de cela, il existe différentes possibilités de mettre à disposition les balles pour le lancer et les pièces de puzzle. Selon le matériel disponible, différentes cibles peuvent être mises en place



Dans cet exemple, les voies sont démarquées avec de la sciure, la ligne de départ à l'aide de bâtons de couleur. Les pièces de puzzle sont disposées sur des tables.



Les puzzles peuvent aussi être assemblés directement par terre.



Gros plan sur le point de lancer (démarqué avec de la sciure), avec les balles de tennis et les pièces de puzzle mis à disposition. Les balles sont lancées dans une boîte en carton.



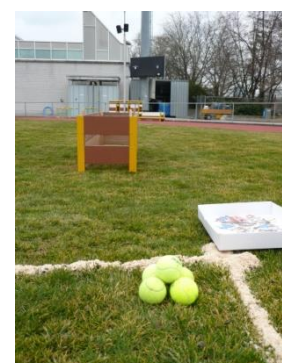
Des boîtes en plastique servent de cible pour le lancer. Un récipient supplémentaire peut être mis à disposition pour les balles de tennis.



Dans cet exemple, les voies sont délimitées avec du ruban.



Dans cet exemple, les voies sont délimitées avec des plots.



Deux boîtes servent de cibles.