



<b>DEUX POUR UNE BOUEE</b>		<b>Dans l'eau</b>	
<b>A partir de :</b>	8 ans	<b>Effectif +/- :</b>	2 au minimum
<b>Durée :</b>	5 min	<b>Lieu :</b>	Dans un plan d'eau
<b>Intérêts :</b>	Adaptation au milieu aquatique - stratégie - endurance - compétition.		
<b>Conseils sécurité :</b>	Baignade aménagée et surveillée. Prévoir une entrée progressive dans l'eau car le jeu se déroule en immersion quasi totale. Respecter les textes en vigueur relatifs à l'encadrement des baignades.		
<b>Matériel :</b>	Une bouée ou une planche de natation - nécessaire de bain		
<b>Déroulement / Règles :</b>	<p>✚ <b>But du jeu</b> : jeu de force dans lequel les joueurs doivent déplacer l'adversaire en ne bougeant que les pieds.</p> <p>✚ Les joueurs flottent à plat ventre sur l'eau. Ils sont face à face séparés par la bouée, qu'ils tiennent avec les mains.</p> <p>✚ Au signal ils commencent à battre des pieds pour avancer. Ils continuent jusqu'à ce que l'un d'entre eux cède ou commence à reculer.</p>		
<b>Variante :</b>	Battre des pieds latéralement pour faire tourner la bouée plutôt que de la pousser.		
<b>Conseil :</b>	Rester vigilant à tout moment.		

