

## Défi : La course

### Performance

### Ce qu'il faut faire

Remporter la course tout en respectant les règles. Vous devez trouver un endroit suffisamment grand pour pouvoir courir. Le premier joueur doit aller le plus vite possible en faisant ça :

- Trois pas
- Sauter trois fois
- Un pas en tournant sur soi
- Trois cloches pieds de la jambe gauche puis de la droite

Puis c'est le tour des autres joueurs.

**Rôles à tenir :** Arbitre ou maître du temps, quelqu'un pour dicter les choses à faire, les coureurs

**Matériel :** De quoi chronométrer les joueurs ou maître du temps.

### Variantes

- Le jeu peut être fait de la même manière mais avec quelque chose dans les mains pour que ce soit plus difficile.
- Exemple : Un cerceau au-dessus de la tête, ou quelque chose de lourd dans les mains comme un dictionnaire ou un gros livre (si c'est trop facile avec un gros livre, vous pouvez prendre deux gros livres !)