

Document complémentaire 4, Revue num 291- Art 5- Senejoux

Noms <i>SPRINTEURS</i>	
A	
B	
C	

Noms <i>SPRINTEURS</i>	
D	
E	



OBJECTIF : ALLER LE PLUS LOIN POSSIBLE EN 12 SECONDES



EQUIPE DE 5

	Donneurs	Receveurs	Distance parcourue		CONSEILS	
			Essais		DONNEUR 	RECEVEUR
			1	2		
Course n°1	A	B			Tu ne dois pas ralentir Tu dois dire Hop Tu vises mal la main du receveur	Tu ne dois pas courir retourné Tu dois partir à fond, ne pas attendre Tu ne dois pas t'élancer avec la main derrière
Course n°2	B	C			Tu ne dois pas ralentir Tu dois dire Hop Tu vises mal la main du receveur	Tu ne dois pas courir retourné Tu dois partir à fond, ne pas attendre Tu ne dois pas t'élancer avec la main derrière
Course n°3	C	D			Tu ne dois pas ralentir Tu dois dire Hop Tu vises mal la main du receveur	Tu ne dois pas courir retourné Tu dois partir à fond, ne pas attendre Tu ne dois pas t'élancer avec la main derrière
Course n°4	D	E			Tu ne dois pas ralentir Tu dois dire Hop Tu vises mal la main du receveur	Tu ne dois pas courir retourné Tu dois partir à fond, ne pas attendre Tu ne dois pas t'élancer avec la main derrière
Course n°5	E	A			Tu ne dois pas ralentir Tu dois dire Hop Tu vises mal la main du receveur	Tu ne dois pas courir retourné Tu dois partir à fond, ne pas attendre Tu ne dois pas t'élancer avec la main derrière



Organisation du relais 12 s

