



1

Hugo

Boulo

2

Méli

Phong

Boris

Melo

Catou

3

Mario

Dribble
10 fois avec le ballon de la main droite puis de la main gauche.

Fais 10 bonds en sautant sur une jambe.

Prononce les lettres « i » « u » le plus vite possible, pendant 20 secondes.

Pose le verre sur ta tête et, sans le faire tomber, fais 10 pas en avant.

Fais le pont et avance ou recule de 10 pas.

Couche sur le verre sur le sol, à 1 mètre de toi. Avec la paille, souffle sur la boule de papier pour la faire entrer dans le verre.

Fais 5 bonds comme une grenouille.

Cours sur place pendant 1 minute.

