

Défi n° 16 : A la lutte

Affrontement

Ce qu'il faut faire

Je tire une carte au hasard. Si je réussis en moins d'une minute, je marque 1 point.

Le ballon tirillé

Les 2 lutteurs tiennent le ballon.

Je tire sur le ballon pour l'enlever des mains de l'autre lutteur.



Le pot de colle

L'autre lutteur s'accroche à une partie de mon corps.

Je me dégage le plus vite possible.



Le géant et le nain

Je suis debout, face avec l'autre lutteur qui est à genoux.

Je passe derrière lui le plus vite possible.



Le solitaire

Je pousse l'autre lutteur pour entrer dans le cercle tracé au sol.



La lutte chinoise

J'attrape, avec le pied, le foulard glissé dans la chaussette de mon adversaire sans me faire attraper le mien.



Rôles à tenir

lutteur + arbitre

Matériel

- 1 tapis
- 1 ballon
- 1 cerceau (ou cercle tracé au sol)
- 2 foulards