

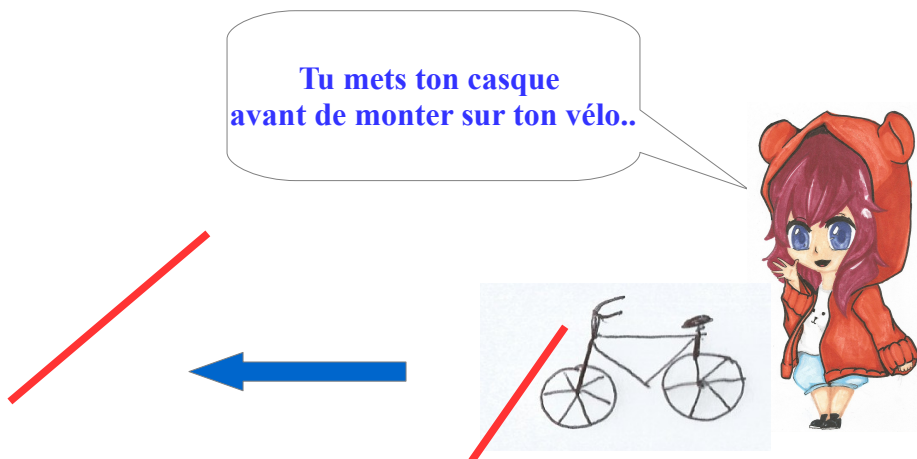
" La Vététiste" lente.

Dans ton jardin.

Tu regardes avec tes parents un endroit dans l'herbe (ou dans la cour) le plus plat possible, sans trous ou obstacles dangereux **et où ils t'autorisent à rouler.**

Tu prends ton vélo. Tu places une marque au départ . Puis une autre marque à 7m.

Tu mets ton casque avant de monter sur ton vélo..



CONSIGNES :

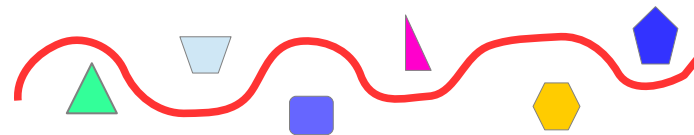
tu montes sur ton vélo et tu essaies d'aller à l'arrivée en essayant d'avancer le plus lentement possible et sans poser le pied.

Tu travailles ton équilibre.

Pour compliquer .

1/ Tu essaies de rallonger la distance.

2/ Tu essaies de faire un petit slalom "lent".



Tu peux faire des objets à contourner avec des bouteilles d'eau en plastique que tu remplis avec de l'eau (à moitié) pour qu'elles tiennent bien au sol.

Si tu as un chronomètre sur ta montre.

Tu te donnes des défis ! Ex :(je mets de plus en plus de temps. sans manquer un seul obstacle.

Maintenant tu peux lancer des défis aux copains .