

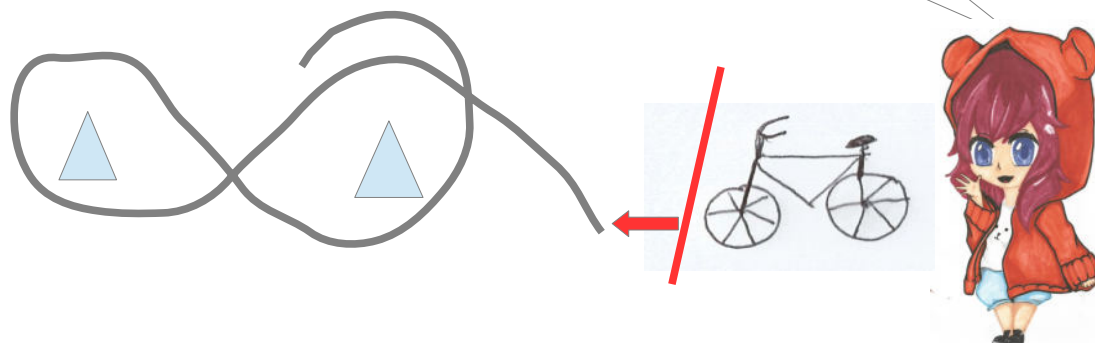
" La Vététiste" experte en 8.

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 deux plots (deux bouteilles d'eau en plastique, lestées)

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

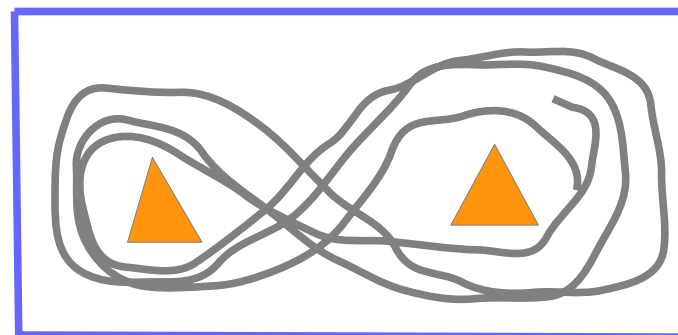


CONSIGNES :

tu montes sur ton vélo et tu roules normalement , en sécurité, en direction du premier plot . Tu fais des 8 en regardant loin de toi. Tu changes de sens au départ pour ne pas toujours tourner dans le même sens.

Pour compliquer .

1/ Tu fais des 8 sans toucher les cônes et sans sortir de la zone de 4m x 3m que tu as matérialisée autour des cônes.



2/ Quand tu as fais plusieurs 8 dans un sens , tu changes de sens sans sortir de la zone et sans poser le pied.

Tu peux tous les jours marquer tes scores en faisant un tableau comme celui-ci.

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche

Maintenant tu peux lancer des défis aux copains .