



LES BOLAS

Le festival scout de l'animation

Tranches d'âge concernées : éclaireurs, pionniers

Matériel

- 2 m de corde
- une paire de chaussettes
- des fayots secs, haricots sec, riz sec...

Déroulement

Remplis chacune des deux chaussettes avec l'aliment sec (à doses égales).

Noue la chaussette à une corde de 1 m.

Fais une poignée à l'extrémité de la corde en nouant une boucle.

Fais en sorte que les deux cordes aient la même longueur.

Utilisation

Rotation simple ou différée



Croisement des bras
Bras devant le corps



Devant/Derrière

Papillon

Mains jointes devant



Devant/Au-dessus

