



CODE SECRET

des petits Sportifs



Règle : Parents donnez un mot aux enfants à retranscrire en code sportif... / Enfants faites deviner un mot aux parents

- A** Bats des ailes pour t'envoler
- B** Fais 5 pas de géants
- C** Sautte à pieds joints
- D** Avance à pas de souris
- E** Fais le flamant rose
- F** Touche tes pieds sans plier les genoux
- G** En avant pour 5 SQUATS !
- H** inspire et souffle
- I** Marche à 4 pattes
- J** Sautte à cloche pieds.
- K** Fais une révérence
- L** Talons fesses!
- M** Sautte pieds-joints
- N** Rampe comme un serpent
- O** Roulade avant!
- P** Cours sur place ...
- Q** Tourne 2 fois sur toi même
- R** Cours sur place les genoux bien hauts
- S** Sautte comme une grenouille
- T** Avance à reculons
- U** Fais 3 pompes
- V** pas-chassés!
- W** Fais superman
- X** Allonge toi et pédale avec tes jambes
- Y** Roulade arrière!
- Z** Bouge ton popotin ♥