

Jeu de l'Oie – Bouge !!!*

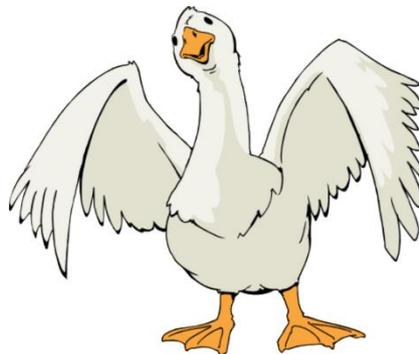
Règle du jeu

Prenez 1 pion par joueur et 1 dé.

A tour de rôle, lancez le dé et avancez votre pion du nombre de points.

Réalisez l'action correspondant au numéro indiqué sur la case.

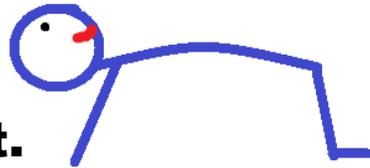
Le premier à l'arrivée a gagné.



Si tu veux, tu peux créer ta propre liste de 18 défis !

Actions proposées

1 → Tiens 5 secondes sur un pied.



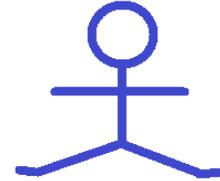
2 → Essaie de faire le pont.

3 → Saute 5 fois, le plus haut possible.

4 → Tiens la planche 20 secondes.

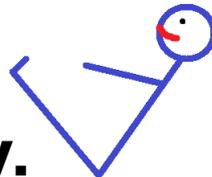


5 → Essaie de faire le grand écart.



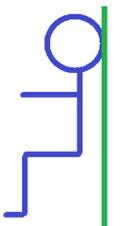
6 → Fais 10 pas sur la pointe des pieds.

7 → Tourne 10 fois sur toi-même.



8 → Essaie de faire un V.

9 → Essaie de faire la chaise le plus longtemps possible.



10 → Fais 10 pas sur les talons.

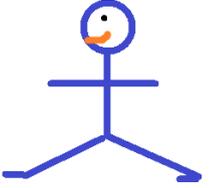
11 → Saute 2 fois le plus loin possible.

12 → Essaie de faire la chandelle. 

13 → Saute 10 fois à cloche-pied.

14 → Cours sur place le plus vite possible pendant 20 secondes.

15 → Fais 10 flexions de genoux. 

16 → Essaie de faire un grand écart avant. 

17 → Assieds-toi en tailleurs, et essaie de te relever sans les mains.

18 → Prends une position bizarre et tiens-la 20 secondes. 

Tes actions (si tu veux inventer ton propre jeu)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

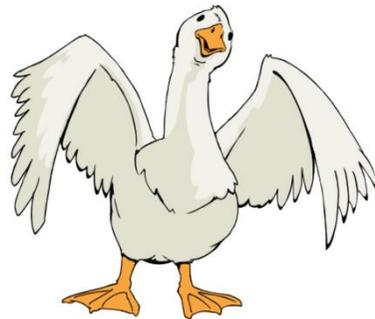
14

15

16

17

18



Jeu de l'Oie – Bouge !!!

