

## jeux du lombrique

### materiel:

construire un trepier

### but du jeu:

faire l'aller retour de sa base au trepier le plus vite possible.

### deroulement du jeu:

simultanément l'avant dernier se recroville pendant que l'autre s'allonge, une fois allonger celui ci donne un cri préalablement choisis par l'équipe (exemple: "crunch") pour que la personne située devant elle se recroville à son tour et puisse répéter l'opération ainsi de suite jusqu'au premier.

avancer jusqu'au trepier en faisant le lombrique, le premier touche le poteau et puis l'équipe se met à genou (le premier doit garder la main sur le poteau et l'équipe doit continuer à se tenir les chevilles) et tourne tout autour de celui ci jusqu'à ce que le dernier soit passé autour.

l'équipe doit se remettre en position du lombrique et se retourner à sa base.

### règles:

- un lombrique de 5 à 6 personnes
- s'allonger sur le sol ventre à terre l'un derrière l'autre
- se tenir les chevilles
- pas le droit de se lâcher
- pas le droit de partir avant le top
- pas le droit de donner le top avant d'être allongé
- lorsque le premier touche le poteau l'arbitre donne le signal pour le changement des positions d'équipe et fait de même lorsque le dernier est passé.