



DÉFI N°1

LE JONGLEUR

LANCER UNE BALLE DE TENNIS devant soi, au-dessus de sa tête (et la rattraper!)

Si vous n'avez pas de balle : une paire de chaussette roulée en boule fera très bien l'affaire!

Si la balle touche par terre : on repart à zéro...

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
20 fois	50 fois	100 fois



Trop facile ?

Variante : je lance d'une main, je rattrape de l'autre !

L'As décline toute responsabilité de casse en cas de mauvais lancement de la balle !

