



Arts du cirque

11-17 ans

Adultes

0 à 15 min

15 à 30 min

Petit groupe (5 à 15)

Volley-jonglerie

Adaptation du jeu de volleyball sous une forme de jonglerie.

Source: Camp Geronimo

Matériel

- Balles;
- Filet de volleyball.

Déroulement

Consignes

1. Former deux équipes qui seront disposées de chaque côté du filet de volleyball;
2. Remettre 2 balles à jongler par participant;
3. Demander aux participants de se mettre à jongler et de se répartir dans leur zone, autour du filet;
4. Remettre une balle spéciale (d'une couleur différente) à l'une des équipes;
5. Au signal, l'équipe ayant la balle spéciale doit se faire des passes entre eux et parvenir à lancer la balle spéciale à l'équipe adverse. Tout au long de l'exercice, les participants doivent continuer à jongler;



6. Si la balle spéciale tombe au sol, un point revient à l'équipe adverse (de la même manière que le jeu de volleyball classique).