

# "Les relais"

- 1** La chaise  
**3 personnes**  
 Deux personnes portent sur leurs bras croisés une plus petite jusqu'au piquet et revient.
- 2** Le cheval  
**2 personnes**  
 Un grand porte un plus petit jusqu'au piquet et revient.
- 3** La course en sac  
**1 personne**  
 Un petit saute dans le sac jusqu'au piquet et revient.
- 4** Les pieds liés  
**2 personnes**  
 Attacher leurs pieds et elles doivent aller jusqu'au piquet et revenir.
- 5** La grenouille  
**1 personne**  
 Les deux plus petits de la famille sautent accroupis jusqu'au piquet et reviennent.
- 6** La suite de chiffres  
**tous**  
 Remettre les dix feuilles dans l'ordre décroissant.
- 7** La course à la cuillère  
**1 personne**  
 Un grand porte d'une main une balle sur une cuillère jusqu'au piquet et revient.
- 8** Le chamboule-tout  
**tous**  
 Chaque membre de la famille va tirer une balle dans la pyramide.

## "Les défis"

### Le ballon sauteur

Relai de 4 enfants par famille. La 1ère famille commence et avance jusqu'au piquet et revient. Le temps est noté. Puis c'est au tour de la seconde famille. La plus rapide gagne...

### La "patate" chaude

Les deux familles font un cercle et se passent entre elles une "patate chaude". Au sifflet, la personne qui l'a encore est éliminé et ainsi de suite...

### La passe à dix

Les deux familles choisissent un nombre égal de joueurs (au minimum 7) puis essaient de garder le ballon le plus possible dans la même famille. Il faut dix passes et le point est gagné. La partie est finie au coup de sifflet final et chaque famille comptera ses points.

### La queue du loup

Les moins de 10 ans des deux familles ont chacun un foulard mis derrière leur pantalon. Au signal, chacun devra prendre la queue du loup adverse et l'amener dans sa famille. Celle qui a le plus de queues de loup a gagné.

## "Les champions"

### La ligne la plus longue

Il s'agira pour chaque famille de faire la ligne la plus longue en n'utilisant que ce que ses membres ont sur eux...

### La pyramide

Chaque famille doit porter le plus de personnes possible et tenir jusqu'au bout du compte : 30 !!!