

## FICHES DIMA

### Quoi faire avec... HAIE TAPIS MOUSSE

Réf. 23936, 23941, 23946

#### BONDIR - REBONDIR

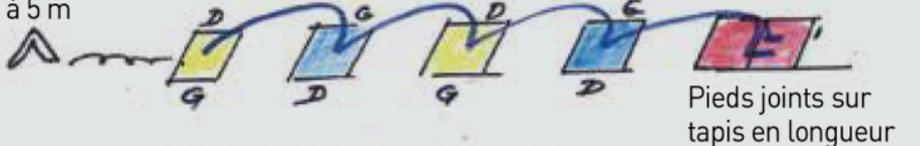


En **Changeant (CH)**  
de pied d'appel



En **doublant (DB)**  
de pied d'appel

Élan limité  
à 5 m



Le changement de couleur de tapis impose le changement de pied d'appel et la conservation du même pied d'appel sans changement de couleur de tapis.

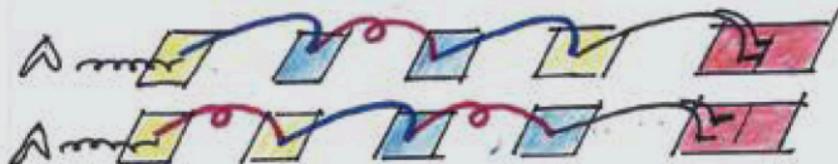
**Le Parcours collectif c'est dépassé... Pour une classe, proposer 3 parcours A,B,C de difficulté croissante. Une tentative du parcours C nécessite la réussite sur le B.**

	PARCOURS CHANGER (CH)			PARCOURS DOUBLÉ (DB)		
	A	B	C	A	B	C
10-12 ans primaire	1 m	1,25 m	1,50 m	0,60 m	0,80 m	1 m
14-15 ans collège	1,50 m	1,75 m	2 m	1,20 m	1,40 m	1,60 m

Les distances proposées correspondent au milieu des tapis

#### VARIANTES

- Parcours avec alternance appel doublé (DB) et changement de pied d'appel (CH)



- Une application réussie, garantit à 100% le triple saut olympique.

