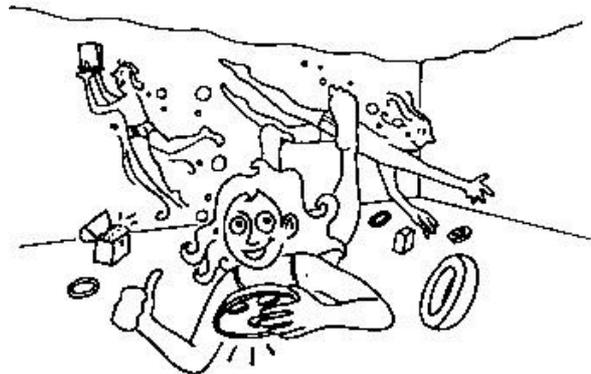


LES ANNEAUX ENGLOUTIS



Matériel : **Anneaux, cerceaux**

Organisation : Après un plongeon (départ assis), l'élève va chercher un anneau (couleur désignée d'avance). Il remonte à la surface et reçoit une nouvelle couleur à aller chercher. Il repart en faisant le canard (ou le dauphin en eau peu profonde).

Niveaux différents :

- **Plus facile** : - **Chaque départ depuis le bord du bassin.**
- **Plus difficile** : - **Passer dans un tunnel avant de saisir l'anneau.**
- **Donner 3 couleurs à prendre dans l'ordre et en une fois.**

Variante : Prendre en une fois le plus grand nombre d'anneaux espacés d'un mètre environ.

Référence : MDLN- OFSPO