

Titre : **Escrime bouteille**

Référence : fiche APQ n° 10

Lieu : cour de l'école / salle intérieur

Durée : 15 min. en tout (10 + retour au calme)

Matériel :

Place dans l'emploi du temps : avant la
récréation

Des bouteilles rigides

Modalités (groupe / individuel / collectif / ...) : duo + arbitre

Description de l'activité :

- But du jeu : toucher son adversaire avec le fond de la bouteille (uniquement le buste).
- Déplacements en marche avant ou arrière.
- A chaque touche, les participants tournent avec l'arbitre.

Si l'activité le nécessite, retour au calme : massages avec la bouteille.