

## Le jogging fou

Nombre de joueurs : 2 et plus (tous les âges)

Ce jeu peut se jouer dans des espaces très réduits comme dans un grand jardin.

Le principe est simple : faire un jogging imaginaire dans un parcours un peu fou

Règles :

Sur place, les participants font leur jogging.

A tour de rôle, chaque participant vient rompre le tranquille jogging en inventant une situation un peu surprenante. Les joueurs alors réagissent avec leur corps en fonction.

Exemples de situations :

- « Attention, nous passons dans des ronces ! »
- « Attention, il faut sauter cette rivière remplie de crocodiles ! »
- « Mon Dieu, nous marchons sur de la lave ! »
- « Courez-vite, des lions veulent nous croquer ! »
- « Mince, nous sommes sur un lac gelé ! »
- ...

Si on n'a pas d'espace, on reste sur place et plus on a d'espace plus on peut, si on le souhaite, faire le jeu en se déplaçant.