

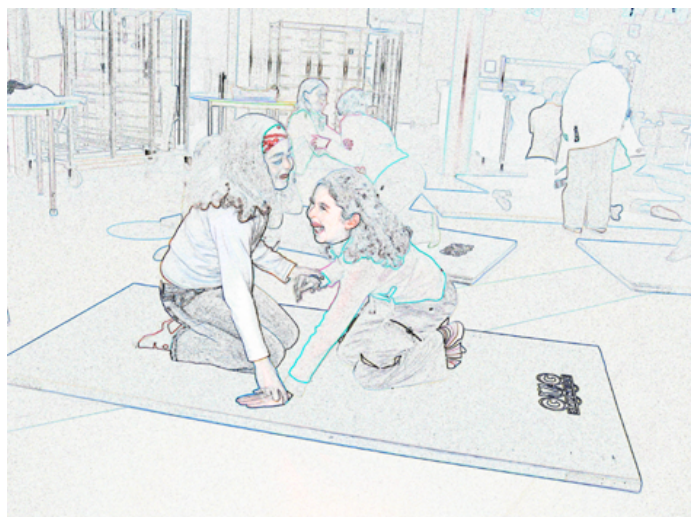
**Les 3 points d'appui****Cycle 3**

durée : deux manches de 10 secondes.

Matériel : 1 tapis

But du jeu : faire poser un 3<sup>o</sup> point d'appui au sol à son adversaire.

Dispositif : Chaque lutteur se positionne à genoux (et doit garder cette position) sur un tapis et doit faire poser un autre point d'appui à son adversaire (mains, avant-bras, épaule...).



	<b>Joueur 1</b>	<b>Joueur2</b>
<b>1<sup>o</sup> manche</b>	0-5	0-5
<b>2<sup>o</sup> manche</b>	0-5	0-5
<b>total</b>	0-5-10	0-5-10