

Duel avec limitation

Nr. du poste

Mise en place du poste:

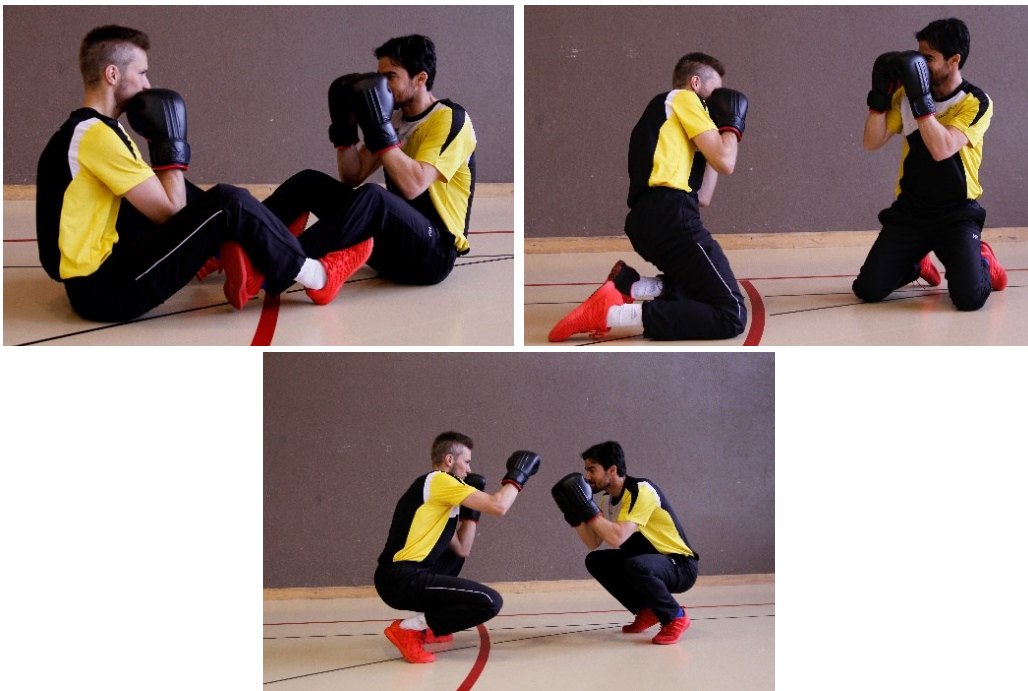
-

Matériel:

Par participant:

- 1 paire de gants de boxe

Exercice:



Les binômes sont assis, à genoux ou accroupi et essayent de faire le plus de touches possible contre leur adversaire sans être soi-même touché.