

## LISTE DE L'ÉQUIPEMENT DES RENCONTRES OMNISPORTIVES

### Activités relatives aux sports

| Nom de l'activité   | Équipement requis  |
|---|--|
| Le lancer du volant   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un seau.</li> <li>• Des volants de badminton (au moins trois).</li> <li>• Du ruban pour faire une ligne sur le plancher d'où les participants doivent se placer.</li> </ul>                   |
| Le lancer de précision                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Du ruban pour faire les cercles concentriques sur le plancher.</li> <li>• Des poches pour jeu de poches (au moins trois) ou un autre article semblable à lancer.</li> </ul>                   |
| La balle par-dessus et en dessous                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Une balle (une balle de la grosseur d'un ballon de soccer ou de volley-ball).</li> </ul>  |
| Le lancer du ballon de basket-ball                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un filet de basket-ball.</li> <li>• Un ballon de basket-ball.</li> </ul>  |
| Frapper le ballon de volley-ball en manchette               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un ballon de volley-ball.</li> </ul>  |
| La course d'obstacles en dribblant un ballon de soccer      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des cônes ou d'autres repères semblables, comme des chaises.</li> <li>• Un ballon de soccer.</li> </ul>   |
| La course d'obstacles en dribblant un ballon de basket-ball | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des cônes ou d'autres repères semblables, comme des chaises.</li> <li>• Un ballon de basket-ball.</li> </ul>  |
| Le saut à la corde  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Une corde à sauter.</li> </ul>  |
| Le saut en longueur avec élan                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Du ruban pour indiquer les points sur le plancher.</li> <li>• Du ruban ou des cônes pour indiquer la position de départ.</li> </ul>   |
| Le saut en longueur sans élan                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Du ruban pour indiquer les points sur le plancher.</li> <li>• Du ruban ou des cônes pour indiquer la position de départ.</li> </ul>   |
| Les buts au hockey en salle                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un filet de hockey en salle.</li> <li>• Un bâton de hockey en salle.</li> <li>• Une balle de hockey en salle (ou balle semblable).</li> <li>• Une cible pour zone de bonification.</li> </ul> |

| <b>Nom de l'activité</b>     | <b>Équipement requis</b>   |
|------------------------------|--|
| La petite course d'obstacles | Des exemples d'articles sont : <ul style="list-style-type: none"><li>• Des bancs.</li><li>• Des cônes ou d'autres repères semblables, comme des chaises.</li><li>• Des tables.</li><li>• Des balles.</li></ul> |

### Activités amusantes

| Nom de l'activité  | Équipement requis   |
|--|---|
| La course à l'œuf ou au bonbon   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des bonbons (ou un autre objet semblable).</li> <li>• Des cuillères.</li> <li>• Des cônes ou d'autres repères semblables, comme des chaises.</li> </ul>  |
| L'enfilement d'un chandail   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un chandail très grand.</li> <li>• Un cône ou d'autres repères semblables, comme des chaises.</li> </ul>   |
| L'enfilement de bas-culottes avec des mitaines ou des gants de cuisine | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des bas-culottes (la quantité varie selon le nombre de cadets participants).</li> <li>• Des mitaines ou des gants de cuisine (3 ou 4 paires).</li> </ul>   |
| Les bottes clouées à un montant et le groupe marche ensemble           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des morceaux de bois avec bottes clouées préparés au préalable.</li> </ul>   |
| La course à trois jambes   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des foulards.</li> </ul>   |
| Le nœud humain   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• S.O.</li> </ul>  |
| La course avec vieux vêtements   | <p>Une pile de vêtements très grands, y compris :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des t-shirts.</li> <li>• Des chandails en molleton.</li> <li>• Des pantalons d'éducation physique.</li> <li>• Des pantalons courts.</li> <li>• Des chapeaux.</li> <li>• Des mitaines ou des gants.</li> <li>• Des foulards.</li> </ul> |
| La course de relais avec orange dans les bas-culottes                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des bas-culottes (plusieurs paires).</li> <li>• Des oranges (plusieurs) ou des balles de tennis.</li> <li>• Un cône ou d'autres repères semblables, comme des chaises.</li> </ul>  |