

Départ 	1 <i>FAIRE 3 pompes</i>	2 <i>Faire 10 sauts pieds joints</i>	3 5 secondes 	4 10 secondes 	5 Faire 10 montées de genou	 10 Secondes
						<i>recule de deux cases</i> 7
13 RETOURNE À LA CASE DEPART 	12 Accroupis toi 5 fois de suite	11 <i>Saute sur un pied 10 fois</i>	10 30 secondes 	9 Rejoue 	8 Boire un verre d'eau	
						 10 secondes 20
Petit chanceux...  14 Repose Toi	15 SAUTE 10 FOIS SUR PLACE 	16 Faire 10 Talons Fesses	17 Rejoue 	18 30 secondes 	19 3 "Aller retour" de 3 pas Chassés	
						 20 Secondes 21
27 10 Secondes 	26 Recule le pion du joueur de ton choix de 2 cases	25 RECULE DE DEUX CASES 	24 30 secondes 	23 10 sauts de Grenouille	22 Faire 2 Galipettes	
 28	Arrivée 	MR. MUSCLES <i>by NourWatan</i> 				

Bon Courage

Marion