







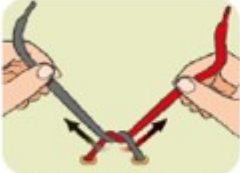





Activité Educative : Confinement Novembre 2020

Apprendre à faire ses lacets !

Une bonne occasion pour s'entraîner à faire ses lacets pendant cette période sans entraînement ! A toi de jouer maintenant ! Tu peux te faire accompagner d'un adulte pour t'entraîner ! Bonne chance !



Attacher ses lacets avec la méthode « des oreilles de lapin »

		
1 - La première étape consiste à prendre un lacet dans chaque main.	2- Croise le lacet noir sur le lacet rouge à mi-hauteur des lacets.	3 - Prends la fin du lacet noir et mets-le sur le lacet rouge. Maintenant, passe-le dans la croix ou le trou de lapin.
		
4 -Tiens les extrémités des lacets rouges et noirs et tire-les. La croix devrait maintenant être proche de la chaussure.	5- Prends le lacet noir et fais une petite boucle, ou « oreille de lapin ». La boucle de l'oreille de lapin doit avoir une longue queue.	6- Prends le lacet rouge et fais une petite boucle, ou « oreille de lapin ». La boucle de l'oreille de lapin doit avoir une longue queue.
		
7- Fais passer le milieu de la boucle noire («oreille de lapin») au milieu de la boucle rouge («oreille de lapin»).	8- Prends le sommet de la boucle rouge «oreille de lapin» et place-la sur la boucle noire («oreille de lapin»). Maintenant, passe-le dans la croix ou le trou.	Place tes doigts à l'intérieur des extrémités des boucles « oreilles de lapin », et tire dessus jusqu'à ce que le nœud soit bien serré. Bravo, tes lacets sont attachés.