

Tutos

Balles de jonglage

Matériel :

- des ballons de baudruche
- du film étirable
- des graines de lin ou du riz rond (100gr par balle)
- des ciseaux
- une balance

ETAPE 1

On coupe environ 20 cm de film étirable et on met au centre les graines de lin (ou riz rond). Ne pas dépasser 100 gr (ou 80 gr pour un enfant).

On remonte ensuite les 4 côtés du film étirable vers le haut pour bien maintenir fermement les graines tourner le film sur lui-même et rabattre le reste du film sur la boule obtenue.

Procéder de la même façon avec une autre feuille de film pour plus de sécurité.



Tutos Balles de jonglage



ETAPE 2

On coupe un ballon de baudruche à la base et on l'écarte pour faire rentrer le petit sac de graines fait précédemment. Un conseil : il vaut mieux une 2ème personne pour se faire aider car sinon c'est galère. On obtient une jolie boule.

Mais ce n'est pas fini, il faut maintenant consolider cette boule...



ETAPE 3

On coupe un autre ballon de baudruche à la base (d'une couleur différente pour une balle multicolore sinon de la même couleur) et on coupe à 2 endroits ce ballon.



Tutos Balles de jonglage

ETAPE 3 (suite)

On coupe un autre ballon de baudruche à la base (d'une couleur différente pour une balle multicolore sinon de la même couleur) et on coupe à 2 endroits ce ballon.

On enfile à nouveau ce ballon sur la boule en prenant soin de cacher le trou de la base du ballon (en orange sur la photo).

Soit on s'arrête là et on obtient une balle de deux couleurs ou sinon on refait la même chose avec un ballon d'une troisième couleur.

