

Poste 3

- Selon la teneur énergétique /classer les portions
- Lancer le dé (6x par poste):

1 = 10 appuis faciaux
2 = 20 appuis faciaux
3 = 30 appuis faciaux
4 = 40 appuis faciaux
5 = 50 appuis faciaux
6 = 60 appuis faciaux

- Exécuter le nombre d'appuis faciaux correspondants

Galette de riz - 1 pièce



Chocolat - 1 rangée



Läckerli de Bâle - 3 pièces



1 - Galette de riz - 33 kcal

3 - Lächerli de Bâle- 100 kcal

2 - Chocolat - 94 kcal

Boule de Berlin - 1 pièce



Appenzeller Biberli - 1 pièce



Kägi fret - 50 g



5 - Appenzeller Biberli 275 kcal

4 - Boule de Berlin - 220 kcal

6 - Kägi fret - 280 kcal