

Tenir la position zéro (aucune émotion) 30'', ou défier un joueur : s'il craque avant toi tu as réussi.	Marcher autour d'une table (5 tours) en restant en position zéro	Marcher autour d'une table (5 tours) comme Miss Guyane	Marcher autour d'une table (5 tours) comme si tu avais un handicap	Marcher autour d'une table (5 tours) comme si tu étais très fatigué
---	--	--	--	---

Départ

Règles de sécurité :

- Ecarter tout ce qui peut être dangereux

Marcher autour d'une table (5 tours), en exprimant avec tout ton corps la joie	Marcher autour d'une table (5 tours), en exprimant avec tout ton corps la peur	Idem, mais l'objet est lourd au début, puis devient de plus en plus léger à chaque tour.	Marcher autour d'une table (5 tours) avec une chaussure à la main, mais qui représente autre chose de très lourd	Marcher autour d'une table (5 tours) avec une chaussure à la main, mais qui représente autre chose de très léger
--	--	--	--	--

Règles du jeu : Cap ou pas cap d'être un acteur ?

- si le défi n'est pas réussi tu reviens à la précédente case.
- Tu as le droit de t'entraîner pendant 2 minutes et de rechercher les mots inconnus

Marcher autour d'une table (5 tours), en exprimant avec tout ton corps la colère	Marcher autour d'une table (5 tours), en exprimant avec tout ton corps l'anxiété	Marcher autour d'une table (5 tours), en exprimant avec tout ton corps que tu es amoureux	Marcher autour d'une table (5 tours), en exprimant avec tout ton corps que tu es déçu	Marcher autour d'une table (5 tours), en changeant d'émotion à chaque tour
--	--	---	---	--

Comment jouer : plusieurs manières possibles

- 1) Seul face à un miroir, ou avec un juge
- 2) Sous la forme du jeu de l'oie avec les membres de ta famille

Arrivée

Marcher autour d'une table (5 tours), comme si le plafond était de plus en plus bas	Marcher autour d'une table (5 tours), en étant un animal imaginaire différent à chaque fois	Marcher autour d'une table (5 tours), en étant un animal différent à chaque fois	Marcher autour d'une table (5 tours), en jouant un personnage différent à chaque tour
---	---	--	---