

## Sevens

**Organisation** : 2 à 4 joueurs se regardant.

**Matériel** : Corps et table

**Rythme** : 

Chaque phrase comporte sept frappés, et est frappée 2 fois.

**Boum**: taper sur la table, mains à plat parallèles

**Clach**: frapper dans ses mains

**Snap** : claquer des doigts

**Bim**: taper sur la table, mains à plat croisées

Variante : **Frrt** : frapper les mains dos à dos

### 1<sup>ère</sup> phase

1. Boum Boum Boum Boum Boum Boum Boum (x2)

2. Boum clach Boum clach Boum clach Boum (x2)

3. Boum Clach Snap Boum Clach Snap Boum (x2)

4. Boum Bim Boum Clach Snap Clach Boum (x2)

### 2<sup>ème</sup> phase : mêmes phrases mais en reculant

3. Boum Clach Snap Boum Clach Snap Boum (x2)

2. Boum clach Boum clach Boum clach Boum (x2)

1. Boum Boum Boum Boum Boum Boum Boum (x2)

### 3<sup>ème</sup> phase : en canon par deux.

### 4<sup>ème</sup> phase : les mains se frappent dos à dos