

Je crois que je vois trois fois trois foies d'oie. Tu crois que tu vois trois fois trois foies d'oie. Il croit qu'il voit trois fois trois foies d'oie.

Trois foies d'oie froids frais. (répéter dix fois)

Quel désastre ! L'axe du taxi se desaxe ! (répéter dix fois)

Ne te désiste pas, excite-toi ! Cesse d'hésiter, existe ! (répéter dix fois)

Le mal malgache fait mal l'amalgame, ça gâche la gamme. (répéter dix fois)

Si trente tranches te tentent, tranches-en trente. (répéter dix fois)

Quand me déculpabiliserai-je ? Quand te déculpabiliseras-tu ? Etc. (conjuguer)

Petite capsule, quand te décapsuleras-tu et quand te déculpabiliseras-tu ? [...] (retenir et répéter)

Le mioche pêche la belle pioche molle et bêche.
(répéter dix fois)

Sous la bûche, la ruche niche. Sous la souche, niche la ruche. (répéter dix fois)

Lundi : pâté, patates et pâtes... Dimanche : un grand verre d'eau ! (retenir et répéter)

À quatre pattes, Agathe attaque à Pâques. (répéter dix fois)

Chaux et chaume chauffent chaudes chaumières.
(répéter dix fois)

Quand je bois, je crois, je vois la croix de bois de Blois.
(répéter dix fois)

Achille le chien fou de l'asile, est plus agile assis que debout. (réciter le plus vite possible)

La cavale aux Valaques avala l'eau du lac et l'eau du lac lava la cavale aux Valaques. (réciter le plus vite possible)

Coopérez ! Accordez-vous et coordonnez les cordonniers ! (répéter dix fois)

À Chicago, rien qu'un chicot choque et fait chicaner. [...] (retenir et répéter)

Le vif ver filait vite sur un fil de fer vert. [...] (réciter le plus vite possible)

Les goulus de glace gaussent, les gloutons de gousses gloussent. (répéter dix fois)

Un fou vint et fit vingt forfaits. [...] le fou s'enfuit à la va-vite. (retenir et répéter)

Le père fort perd verres verts et le pervers perfore
fer. (répéter dix fois)

La fausse fourche jauche, la fausse faucheuse fourche.
(répéter dix fois)

Trois fois trois foies d'oie font neuf joies d'oie. (réciter le
plus vite possible)

La loutre outrée porte l'autre poutre. (répéter dix fois)

Tes trois truies triment trop. (répéter dix fois)

Formons la confrérie des fruits frais qu'on fit frire
confits ! (répéter dix fois)

Mes frères, vous m'offrez cette effraie.. Quel effroi !
(retenir et répéter)

. Tu te triturés trop, tes trois tortues trottent.
(répéter dix fois)

La vache vint en vain à Vaux, vêla et vingt veaux velus
verts vinrent. (réciter le plus vite possible)

Un mystique mexicain masqué mastique. (répéter dix
fois)

Ces exacerbations m'exaspèrent. (réciter le plus vite
possible)

Les faits : l'effet des jeux follets défait l'effet fou des
deux fées folles. (réciter le plus vite possible)

Confits frais et fruits frits. (répéter dix fois)

« Supercalifragilisticexpialidocious ! » Mary Poppins
(réciter le plus vite possible)

Le hic, c'est que le lexique de l'ex-dyslexique dit : « laisse les X ! » (réciter le plus vite possible)

Sylvain vint et s'il vit Sylvie, Sylvie vit en vain Sylvain.
(répéter dix fois)

Le statisticien estime que les statuettes sont statistiquement statiques. (réciter le plus vite possible)

La pulpeuse pulse la pulpe. (répéter dix fois)

Beau barbu boit bibine. Bibine bue, beau barbu boîte.
(répéter dix fois)

Je veux et j'exige ! (répéter dix fois)

Ton thé t'a-t-il ôté ta toux ? (répéter dix fois)