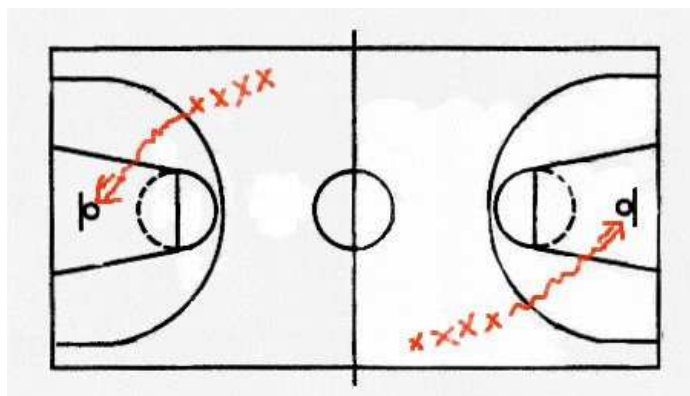


Le Tir : Niveau Débutant

Objectif : Perfectionner le double pas avec contrainte temporelle

Situation



2 équipes comme sur le schéma. Concours de tir entre les 2 équipes. L'équipe qui gagne est celle qui marque 10 double pas à droite, 10 double pas à gauche, 10 double pas au centre.

Consignes

Privilégier l'efficacité plutôt que la vitesse.

Même exercice en variant les types de tir.

1 ballon pour chaque joueur.