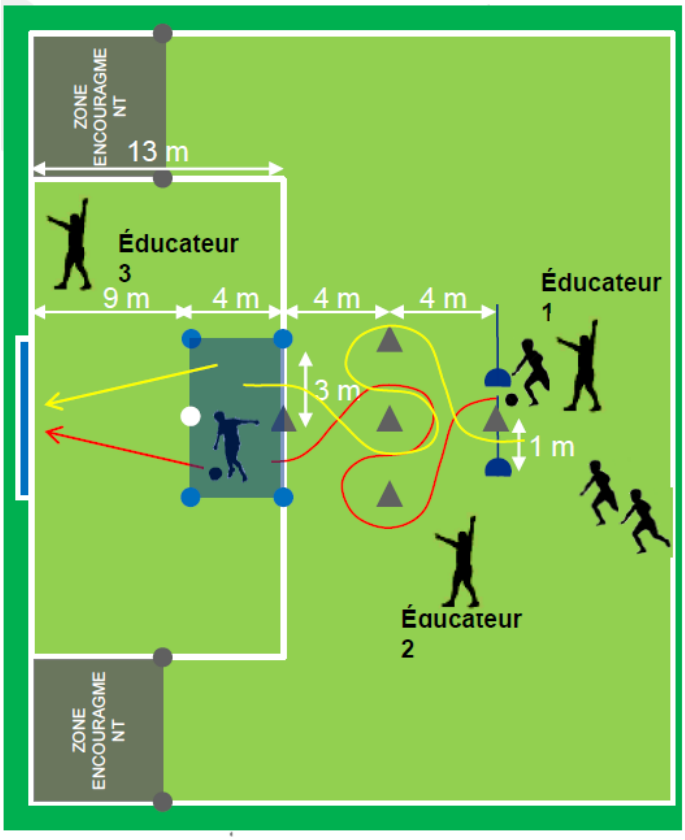
Défis techniques

DESCRIPTIFS DES ATELIERS

PHASE DÉPARTEMENTALE

DÉFI CONDUITE



Objectif :
Réaliser le meilleur temps possible en relais de 12 joueurs(ses).

Déroulé de l'atelier :
Chaque joueur(se) doit réaliser une conduite de balle pour arriver dans la zone de frappe et effectuer un tir afin d'atteindre une des cibles de la bâche. Le côté de départ est au choix. Le chronomètre démarre quand le 1er joueur débute la conduite de balle (passage de la ligne) et il s'arrête au moment du tir du dernier joueur. Le départ du joueur suivant est déclenché au moment de la frappe sur le ballon du précédent (l'éducateur lâche l'épaule du joueur). Une fois le passage terminé, le joueur doit se diriger en zone d'encouragement. Un joueur qui ne respecte pas le circuit doit revenir à l'endroit de l'irrégularité pour continuer le slalom. Si le tir est déclenché après passage du mauvais côté du dernier cône, pas de bonus possible.

Légende

- départ gaucher
- départ droitier
- zone de frappe
- zone d'encouragement

Temps bonus :
Si cible atteinte = **-3 sec** cible basse (1 rebond autorisé avant la cible) ou **-10 sec** cible haute sur le temps total. Pas de bonus si le tir est déclenché à l'extérieur de la zone de frappe.

Éducateurs :
Educ.1 : gestion des départs (tenir par l'épaule le joueur en attente) et chronométrage
Educ.2 : gestion des passages (respect du circuit)
Educ.3 : prise de notes (comptabilisation des bonus, temps) gestion des ballons et des joueurs après le tir

Si moins de 12 joueurs(ses) :
Tirage au sort sur le terrain au sein de l'équipe pour compléter le nombre de joueurs manquants afin d'arriver à 12 passages. Celui qui passe 2 fois, commence le relais et le termine.