

Jeux de renvoi avec enfants – Bases 4x4 / Je joue contre toi: Shuttle golf

Cette forme de concours permet d'améliorer la précision de la frappe de manière allégée, un atout évident pour les jeux de renvoi.

Deux joueurs s'affrontent sur un parcours de golf aménagé avec des cerceaux, des seaux, des cônes, etc. Le volant (ou tout autre objet non roulant tel qu'indiacas ou footbag) est lancé soit à la main, soit frappé avec une raquette.



Le prochain essai se fait toujours de l'endroit où l'objet est tombé. Qui vise le «trou» avec le moins de coups possible?

Variantes

- Aménager des obstacles et des fosses sur le parcours (filet, éléments de caisson, tapis, marques au sol, cônes, etc.).
- Frapper la balle avec la paume de la main.
- Loger le plus de balles possible dans la cible en un temps donné (pression temporelle).
- Frapper la balle au sol directement avec la raquette (veiller à choisir une raquette rigide).

Matériel: Différents objets volants non roulants (indiacas, footbags, etc.), «trous» (cerceaux, chariot à ballons, seaux, cônes, etc.), différentes sortes de raquettes, évent. obstacles (filet, éléments de caisson, tapis, etc.)

Source: Alexis Bernhard, Gabriel Schelble



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO