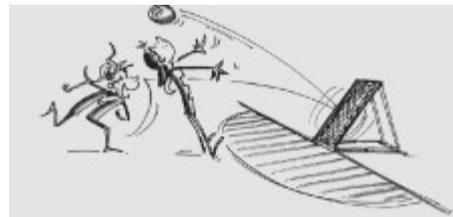


Lancer: Tchoukball

Les élèves lance un ballon en direction d'un cadre de tchoukball. Cet exercice entraîne la précision et l'intensité des lancers.

L'équipe qui attaque lance le ballon sur le filet du cadre de tchoukball. L'équipe qui défend essaie de la récupérer avant qu'elle tombe au sol. Interdiction de gêner les tireurs. Adapter la grandeur de la zone devant le cadre selon le niveau des élèves.



Matériel: Cadre de tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO