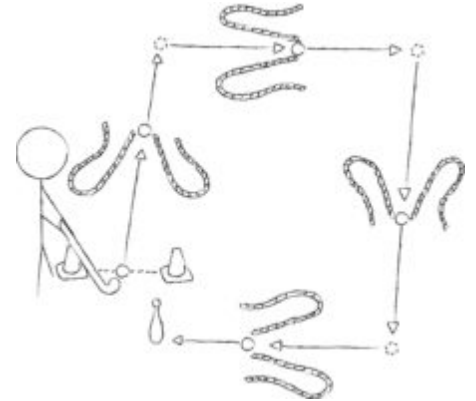


Minigolf – Pour adultes/Difficulté moyenne: Billard

Avec cet exercice, les joueurs entraînent les frappes droites bien dosées.

Avec la première balle, le joueur frappe la deuxième, avec la deuxième, la troisième, et ce jusqu'à la cinquième balle qui doit idéalement renverser la massue. Celui qui dose bien ses frappes pourra peut-être renverser la massue en cinq coups.



Variantes

plus facile

- Les débutants raccourcissent la piste en supprimant un passage.

plus difficile

- Les plus habiles agrandissent le rectangle et donc l'écart entre les cordes.

Matériel: Une canne de hockey ou d'unihockey, cinq (ou quatre) balles de tennis ou d'unihockey, deux cônes, une massue, huit (ou six) cordes.

Source: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO