

# Beach-volley – Echauffement: Ballon derrière la ligne

Démarquage et passes précises sont les clefs de la réussite de ce jeu qui met aux prises deux équipes.

Placer le filet de manière à ce qu'on puisse passer dessous. Deux équipes de cinq joueurs s'affrontent.

Objectif: tout en se faisant des passes, poser le ballon derrière la ligne de fond adverse (un pas maximum avec le ballon). Si le ballon tombe sur le sol, il passe à l'autre équipe.



## Variante

Idem, mais avec des passes de beach-volley uniquement (passes hautes, manchettes, drive, etc.).



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO