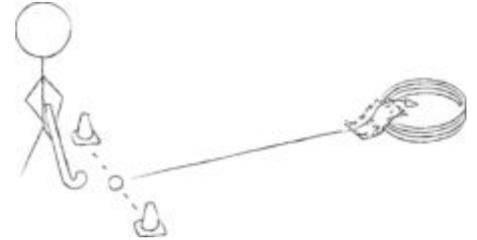


# Minigolf – Pour chaque âge/Facile: Tremplin

Lors de cet exercice, la balle doit emprunter une rampe avant d'entrer dans la zone-cible.

Le joueur essaie, en un seul coup, de faire rouler la balle le long d'un morceau de tapis pour la faire entrer dans les cerceaux. Comme la balle est freinée par les rebords, il est possible de lui donner une certaine vitesse.



## Variantes

### plus difficile

- Augmenter la distance entre la balle et les cerceaux.
- Placer la rampe (tapis) de l'autre côté du cerceau. Le joueur doit donc d'abord contourner les cerceaux pour y accéder.

**Matériel:** Une canne de hockey ou d'unihockey, une balle de tennis ou d'unihockey, deux cônes, un morceau de tapis ou de moquette, trois cerceaux empilés

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO