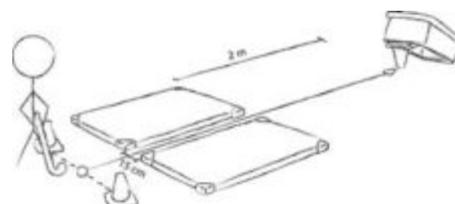


Minigolf – Pour enfants et adolescents/Difficile: Attrape-souris

Cet exercice lance un défi à la précision qui passe par une position optimale du corps.

Le chemin, étroit, donne la bonne direction à la balle qui se rapproche ainsi du cône. Un coup sec permet de le faire tomber et de refermer le piège (le couvercle de caisson) sur la proie.



Variante

plus facile

Augmenter la distance entre les tapis.

Matériel: Une canne de hockey ou d'unihockey, une balle de tennis ou d'unihockey, un couvercle de caisson, trois cônes, deux tapis

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO