

Headis: Puissance cinq

Cette forme de jeu motivante permet de vivre des situations positives. Les joueurs restent à la même table jusqu'à ce qu'ils ont obtenu cinq points. Ils affrontent ensuite un autre concurrent à une autre table.



On joue à deux contre deux. Chacun sert à son tour. Le but: marquer cinq points pour pouvoir quitter la table et trouver un nouvel adversaire. Le perdant reste sur place et affronte un nouveau joueur. Son avantage: il garde les points acquis lors de la partie précédente. Exemple: A gagne contre B avec 5-3. B joue son prochain match contre C avec un avantage

de 3-0.

Variante

plus facile

Servir à la main plutôt qu'avec la tête.

Matériel: Balle de «headis» (ou balle avec les mêmes caractéristiques), table de ping-pong

Source: Thomas Rellstab



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO