

Kin-Ball – Tombeaux: «Stop and go»

Grace à cette forme du tombeau, les joueurs améliorent en particulier les arrêts et départs.

Tactique offensive: Développer la vision de jeu, améliorer la technique de frappe, développer de nouveaux styles de frappe, augmenter la rapidité de la frappe, améliorer les arrêts/départs

Tactique défensive: Développer l'anticipation et l'analyse de la situation, améliorer la vitesse de transition défensive, améliorer la communication d'équipe, développer la technique de glissade, améliorer le positionnement défensif, améliorer les arrêts/départs



Au coup de sifflet, le premier joueur de chacune des trois colonnes court en direction du cône placé devant lui, revient sur ses pas pour toucher le second cône et se dirige finalement vers la zone de frappe, respectivement le ballon.

Le frappeur fait un appel («Omnikin bleu, gris ou noir») et frappe le ballon. Les deux défenseurs tentent de le récupérer avant qu'il ne touche le sol. Les défenseurs ramènent ensuite le ballon au centre et forment la

cellule pour l'action suivante.

Le frappeur et les deux joueurs de la cellule retournent au départ et changent de colonne.

Matériel: Cônes

Source: Patrick Brulhart, Johan Goeri, Zoe Marci, Daniel de Martini, Marc-André Morin (Fédération suisse de Kin-Ball)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO