

Jeux de mains – Sport stacking: Tour à six

La discipline «3-6-3» nécessite la mise en jeu de douze gobelets. La «tour à six» permet de fractionner le mouvement: les descriptions sont prévues pour des droitiers.

Empiler



Six gobelets sont empilés les uns dans les autres. Saisir les trois gobelets supérieurs avec la main droite et les deux suivants avec la gauche (**photo 1**). Poser à droite du gobelet resté en place un gobelet (avec la main droite) puis un à gauche (avec la main gauche, **photo 2**). Attaquer le second niveau avec un gobelet de la main droite puis celui de la gauche et terminer avec le dernier gobelet de la main droite (**photo 3**). La «tour à six» est terminée.

Désempiler



Le démontage commence dans le même ordre que le montage. La main droite fait glisser le gobelet supérieur vers la droite pour descendre deux étages (**photo 4**). Trois gobelets sont ainsi empilés. La même chose avec la main gauche vers la gauche (**photo 5**). Puis, avec la main droite, saisir les trois gobelets empilés et les placer sur celui du milieu. Enfin, placer les deux derniers gobelets empilés à gauche sur les quatre restants (**photo 6**). Les six gobelets sont de nouveau empilés les uns dans les autres.

Forme de concours – Comme l'éclair!

Pour la discipline «3-6-3», le joueur commence à monter une tour à trois de gauche à droite, puis une tour à six et pour terminer une nouvelle tour à trois. Démontage dans le même ordre.

Exception à la règle: Le dernier mouvement lors du montage de la tour à six se termine avec la main dominante. Le mouvement suivant (tour à trois) recommence avec cette même main.

Source: Ziegler, C., Wieland, D., Hunziker, R. (2005) Cahier pratique «mobile» 21/2006: Jeux de mains. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO..



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO