

Street Games – Streetball: Freestyle – Lay Up 360

Au streetball, le tir en course (lay up) se décline plutôt en version basse, le joueur déposant la balle dans le panier par-dessous. Au cours de cet exercice, il ajoute une rotation complète au mouvement.



Le joueur effectue une rotation complète (360°) en l'air avant de déposer le ballon dans le panier.

Source: [Muriel Sutter](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO