

Street Games – Streetball: Freestyle – Moses Special

Un exercice pour joueurs confirmés: le lay up est précédé d'une rotation complète et d'un passage du ballon entre les jambes.



Le joueur passe le ballon derrière le dos lors des deux derniers pas. En l'air, il le passe entre les jambes puis le dépose dans le panier.

Source: [Muriel Sutter](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO