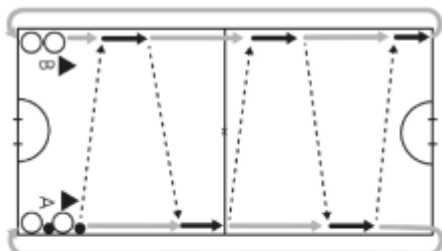


# Inter-crosse – Passer et attraper: Passes latérales

Trois éléments sont entraînés simultanément à la faveur de cet exercice: la passe et le déplacement avec ou sans la balle. Seule leur maîtrise débouche sur une action couronnée de succès.



## Légende

○ Attaquant	-----> Passe
○● Attaquant avec balle	~~~~~> Balle roulée
□ Défenseur	⇒ Tir
→ Joueur avec balle	▲ Objet de marquage
→ Joueur sans balle	○ Cerceau

Former deux groupes qui se placent chacun dans un angle d'un côté de la salle. Les joueurs du groupe A ont chacun une balle. Au signal, le premier joueur de chaque colonne s'élançe et la paire formée effectue au moins cinq passes avant d'atteindre la ligne de fond opposée.

## Variantes

### plus difficile

- A la fin de la traversée, tirer au but.
- Effectuer au moins huit passes avant la ligne opposée.

**Matériel:** Balles et bâtons, deux piquets, évent. un but

Source: [Beatrice Wiggenhauser, Association suisse de la crosse et d'inter-crosse](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**