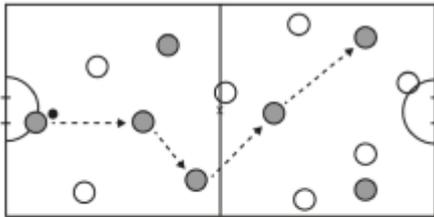


# Inter-crosse – Jouer ensemble: Passes à dix

Un classique! Cet exercice, qui peut être également effectué lors de la mise en train, oblige les élèves à se démarquer pour recevoir une passe d'un camarade.



## Légende

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

Former deux équipes qui se répartissent dans toute la salle. L'équipe A essaie d'enchaîner dix passes de suite, sans se faire intercepter la balle par l'équipe adverse.

## Variante

### plus difficile

Réduire la taille du terrain.

**Matériel:** Bâtons et balles

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**