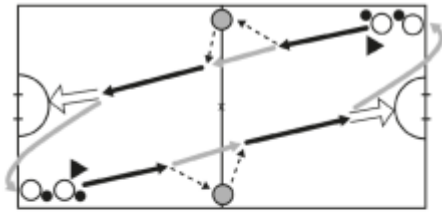


Inter-crosse – Jouer ensemble: Double passe



Légende

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

La présence d'un coéquipier offre des alternatives lors d'une attaque. Cet exercice doit permettre au porteur de la balle de se défaire du marquage du défenseur au moyen d'une passe.

Former deux groupes qui se placent dans deux angles opposés de la salle. Tous les joueurs ont une balle. Au milieu du terrain se trouvent deux passeurs.

Le premier joueur de chaque groupe s'élançe à un signal, passe la balle au joueur-relais qui la lui redonne immédiatement, puis il tire au but. Après le tir, les deux joueurs rejoignent la colonne opposée.

Variantes

plus difficile

- Placer des joueurs en défense.
- Placer un gardien ou un caisson dans le but.

Matériel: Bâtons et balles, deux piquets, deux buts, évent. deux caissons

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO