

Unihockey – Mise en train: Unihockey outdoor

Faites prendre l'air à vos (vieilles) cannes! Différents petits concours peuvent être réalisés hors de la salle, à adapter selon la saison.



La canne d'unihockey devient aussi un objet intéressant hors des murs de la salle.

- Unihockey-golf (par exemple en forêt): la balle doit retomber dans une zone avec le moins de frappes possible.
- Lancer de la pive: qui expédie la pive le plus loin avec sa canne?
- Balayage: quel enfant réussit à transporter à l'aide de sa canne toutes les feuilles mortes et à les entasser dans une zone définie?
- Différentes estafettes sur le gazon.

Remarque: Utiliser des vieilles cannes et les nettoyer après la leçon.

Matériel: Une (vieille) canne par enfant

Source: [Reto Balmer, responsable de la formation chez swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO