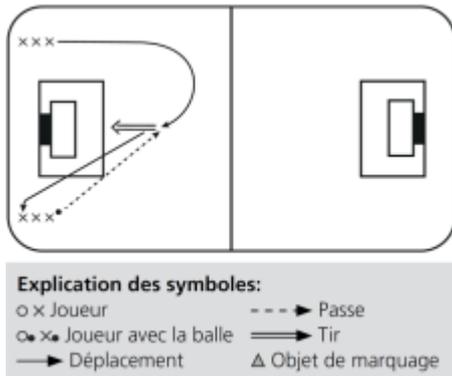


Unihockey – Tirer: Carrousel

Cet exercice permet aux enfants de changer continuellement de rôles: d'abord passeur, ensuite tireur. La qualité de la passe est ici déterminante.



Exercice de tir standard: les joueurs sont placés aux deux extrémités de la ligne de fond. Le premier joueur s'élanche en direction du milieu de terrain, effectue une courbe pour revenir en direction du but.

Vers le milieu, il reçoit la passe du joueur placé dans l'angle opposé et il tire au but. Le passeur s'élanche à son tour dans l'autre sens et fait de même.

Variantes

- Imposer différents types de tir.
- Tirs au but direct, sans contrôle.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO