## mobilesport.ch

## Unihockey - Tirer: Balles au caisson

Les tirs – ou passes – en cloche appartiennent au répertoire technique de l'unihockey. Cet exercice permet aux élève de se familiariser avec ce geste.



Retirer la partie supérieure du caisson. D'une certaine distance, les enfants essaient de viser la cible (balles lobées).

## **Variantes**

- Utiliser différentes sortes de balles (tennis, petites balles en mousse).
- Proposer d'autres cibles (cerceaux au sol, couvercle de caisson, cartons, etc.).

Matériel: Caisson, divers agrès, objets et balles

Source: Reto Balmer, responsable de la formation chez swiss unihockey



Schweizerische Eidgenossenschaft Confédération suisse Confederazione Svizzera Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO