

Special Olympics Challenge

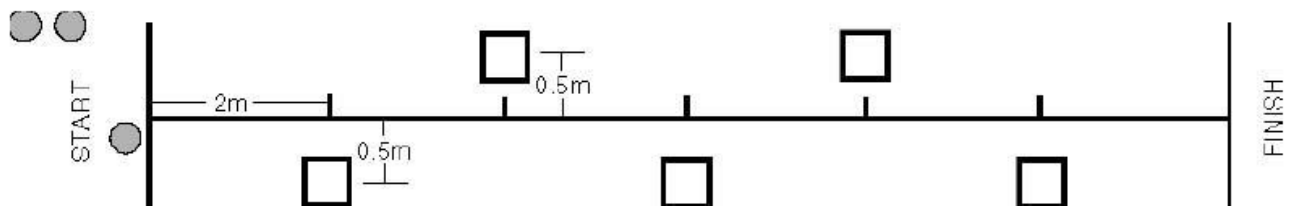
Skill Football 1 – SPEED DRIBBLE

Description du Skill

Le joueur dispose d'une minute pour ce skill.

Le joueur parcourt un slalom en dribblant le plus rapidement possible en contournant les cônes.

Le joueur laisse le ballon derrière la ligne d'arrivée (le ballon doit être immobilisé) et repart en sprintant vers la ligne de départ. S'il reste du temps, le joueur repart avec le second ballon et recommence à parcourir le slalom en dribblant. Lorsque la minute s'est écoulée, un coup de sifflet indique la fin du test.



Effet du Skill

Avec ce skill les sportifs entraînent leur habilité de dribble et de vitesse

Etablissement du score

Les joueurs scorent 5 pour chaque cône passé (vers l'extérieur) (c'est-à-dire 25 points pour un parcours réussi). Les cônes renversés ne comptent pas.

Mise en place

Slalom de dribbles sur 12 mètres : cinq piquets ou cônes (minimum 45 cm de hauteur), séparés de 2 mètres, éloignés d'un demi-mètre de la ligne centrale.

5 ballons sur la ligne de départ.

Si vous avez des questions, nous nous tenons volontiers à disposition : challenge@specialolympics.ch