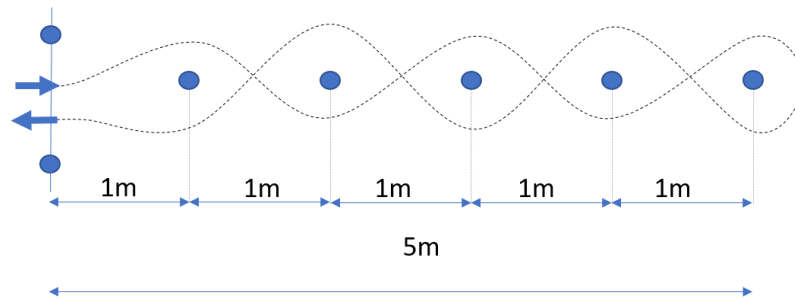


Special Olympics Challenge



Skill Tennis de table 5 – Parcours



Présentation du Skill

Le joueur effectue un parcours en slalomant entre 5 piquets, avec la balle en équilibre sur la raquette. Le joueur, comme sur le schéma ci-dessus, effectue l'aller-retour. Le temps est compté. Le joueur effectue deux fois le parcours, le meilleur des deux résultats compte.

Effet du Skill

Ce Skill permet d'évaluer les compétences motrices et la capacité de coordination du joueur. Il associe deux tâches motrices simultanément. Le joueur doit s'orienter dans l'espace tout en maintenant sa balle en équilibre.

Lignes générales pour la livraison des résultats

Le coach démarre le chronomètre et le stoppe dès que le joueur repasse la ligne d'arrivée. Le joueur effectue deux fois le parcours et le meilleur des deux temps donne le résultat final.

Règles du Skill

- Ce skill peut se faire sur n'importe quelle surface de jeu, en extérieur ou en intérieur, avec une raquette et une balle de tennis de table et 5 piquets d'une hauteur minimale de 45 cm.
- La ligne de départ doit être bien déterminée : ligne d'une salle de gym, deux cônes, etc.
- Le joueur n'est pas autorisé à tenir la balle avec la main. Le joueur utilise la même balle pour tout l'exercice. Si elle tombe par terre, il n'y a pas de pénalité. Le coach remet une nouvelle balle au joueur. Il la remet en équilibre sur sa raquette et poursuit ensuite l'exercice.
- L'espace entre la ligne de départ et le premier piquet, ainsi qu'entre chaque piquet est de 1 mètre.
- Le skill doit être joué au même endroit (sur la même surface) lors de toute la durée du challenge.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter : challenge@specialolympics.ch