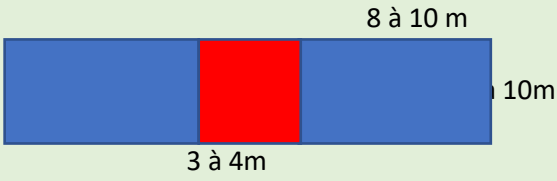






Fiche élaborée par le comité

ACTIVITE collective Double Disc Court

<p>Descriptif</p>	<p>Jeu collectif 2 contre 2 avec 2 disques Engagement 1 disque dans chaque terrain puis décompte 3,2,1 lancement du disque</p>
<p>Terrain 3 zones : 2 zones de jeu 1 par équipe 1 zone centrale interdite (distanciation)</p>	
<p>But du jeu</p>	<p>Marquer le plus de points possibles en 3 minutes.</p> <p>Pour marquer 1 point il faut</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire tomber le disque dans la zone adverse - Que l'adversaire mette le disque hors limite (zone centrale, fond du terrain coté) - Que les 2 joueurs adverses se retrouvent simultanément avec les 2 disques.
<p>Règles à respecter</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pas de déplacement avec le disque. Celui-ci doit être relancer du point de catch - Hauteur d'entrée du disque dans la zone adverse : Le disque doit arriver dans la zone de jeu au-dessus du niveau du genou. - L'angle d'impact du disque au sol doit être inférieur à 30°
<p>Lien vers une vidéo YouTube</p>	
<p>Recueil de votre participation</p>	<p>Merci de répondre au questionnaire en cliquant sur l'image :</p> 

!!! Amusez-vous !!!