



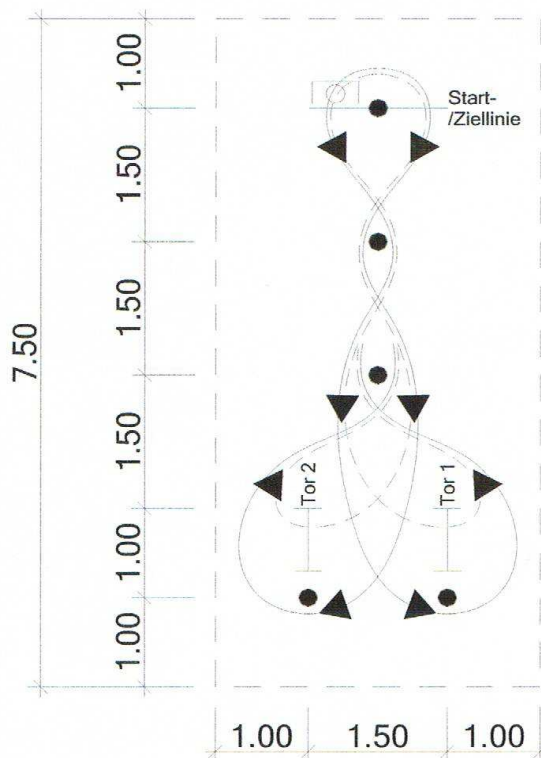
Utzenstorf Bätterkinden  
Kirchberg Koppigen









## Description

Unihockey (UH)  
Concours de gymnastique

### UNIHOKEY



#### Légende:

-  Gm/gf avec balle
-  Piquet
-  But
-  Parcours
-  Parcours de la balle
-  Ligne du terrain de jeu

# Unihockey

## Informations générales

But	apprendre la technique de l'unihockey
Evaluation	le chronomètre est stoppé après 6 tours
Taille du terrain	3.5 x 7.50 m surface en dur
Nombre de joueurs	1 gm/gf
Matériel	2 «buts» (selon introduction p. 21 des directives Fit+Fun 2010), 1 balle de unihockey (Alder&Eisenhut), 1 raquette d'unihockey (Alder&Eisenhut), 5 piquets, 1 chronomètre et 1 sifflet

## Déroulement du jeu (2 tours)

- Gm/gf commence derrière la ligne de départ/arrivée
- 1 = Gm/gf fait le tour des 2 piquets en courant avec la balle
  - 2 = joue la balle à travers le „but 1“, court en tournant autour du but 1 et du piquet
  - 3 = récupère la balle après le „but 1“
  - 4 = Gm/gf fait le tour des 2 piquets en courant avec la balle
  - 5 = passer la ligne de départ/arrivée (1 tour)
  - 6 = Gm/gf court autour du piquet
  - 7 = commence à travers la ligne de départ/arrivée
  - 8 = Gm/gf fait le tour des 2 piquets en courant avec la balle
  - 9 = joue la balle à travers le „but 2“, court en tournant autour du but 2 et du piquet
  - 10 = récupère la balle après le „but 2“
  - 11 = Gm/gf fait le tour des 2 piquets en courant avec la balle et passe la ligne de départ/arrivée (2 tours)
- Recommencer

## Evaluation

- Le chronomètre est stoppé après 6 tours (jouer 3 fois à travers le but 1 et 3 fois à travers le but 2) sur la ligne de départ/arrivée.

## Particularités

- Les piquets renversés doivent être remis en place.
- 5 sec. de pénalité lorsque le trajet de la balle est modifié suite à un contact corporel

## Jury

- |                |  |
|----------------|--|
| Arbitre 1 (A1) | - est responsable du déroulement y compris de l'annonce des résultats<br>- chronomètre, donne le coup de sifflet de départ et de fin |
|----------------|--|