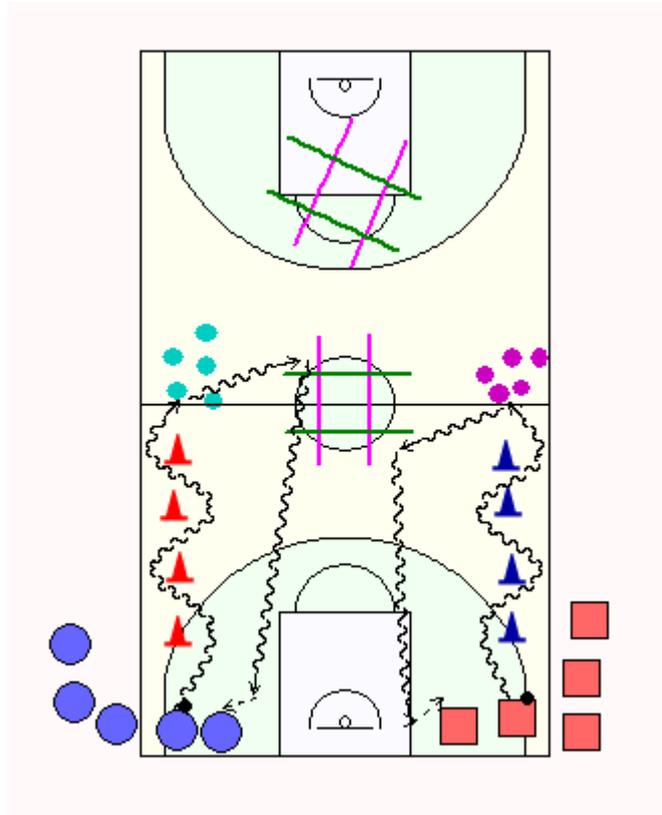




## **UNE MANIÈRE DE TRAVAILLER EN MINI-BASKET**

*Au départ de clinics donnés par Coach Julien MARNEGRAVE*

**6**



Il s'agit du jeu OXO transposé au basketball.

Des cordes sont disposées au niveau du cercle central pour constituer les neuf zones du jeu OXO. (Par la suite, on disposera, toujours au niveau du cercle central, les cordes comme elles sont disposées à la ligne des lancers-francs opposée).

On peut aussi parler de "puissance 4" en disposant trois cordes dans chaque sens et en délimitant donc seize cases. Au milieu des pastilles de couleurs différentes pour les deux équipes.

Au signal du Coach, les premiers joueurs des deux équipes démarrent : slalom entre les cônes en changeant de main, prendre une pastille de couleur (ou à défaut, un autre objet) et la déposer dans une des cases, revenir en dribble pour donner le ballon dans les mains du joueur suivant. Réussir à aligner trois pastilles de la même couleur.

Par la suite, on peut demander le slalom entre les cônes, puis revenir marquer sur le panneau de départ et seulement aller ramasser une pastille à déposer au milieu du terrain et enfin céder le ballon au joueur suivant.

Applaudir ou faire applaudir les vainqueurs; cela fait partie du jeu !



**Barbieux André Basketball Coach**

Avenue du Champ de Bataille, 239, 2/3, 7012 - FLENU

et : 065/520631 - : 0475/879914

@ : andre.barbieux@skynet.be

www : <http://www.coachbarbieux23.com>

