

Initiation au lance-balles

- 1) Prendre sa position au marbre
- 2) Toujours regarder vers le lance-balle
- 3) Être prêt à frapper lorsque le premier signal du lance-balle se fait entendre
- 4) . dans une partie...5 lancers maximum
 - . 3 prises..tu es retiré
 - . tu n'es pas obligé de t'élancer sur tous les lancers
- 5) . si tu frappes la balle..tu déposes ton bâton..et tu fais une course vers le 1^e but.