

Présentation :

Il s'agit d'une épreuve de dextérité à réaliser par 1 mini-basketteur dans un minimum de temps.

Déroulement : Au départ le ballon est tenu à 2 mains.

- 5 "huit" autour des jambes sur spot 1
- 5 tours autour de la taille sur spot 1. Dès le ballon est posé au sol se rendre le plus rapidement au spot 2 et continuer l'épreuve (le chronomètre n'est pas arrêté pendant la course)
- 5 tours autour d'une jambe sur spot 2
- 5 tours autour des deux jambes serrées sur spot 2
- 5 tours autour de l'autre jambe sur spot 2

Le chronomètre est déclenché lorsque le mini-basketteur commence l'épreuve et il est arrêté lorsque le ballon est posé au sol. Seul le juge compte à haute voix les tours du ballon. Le respect de l'ordre est obligatoire.

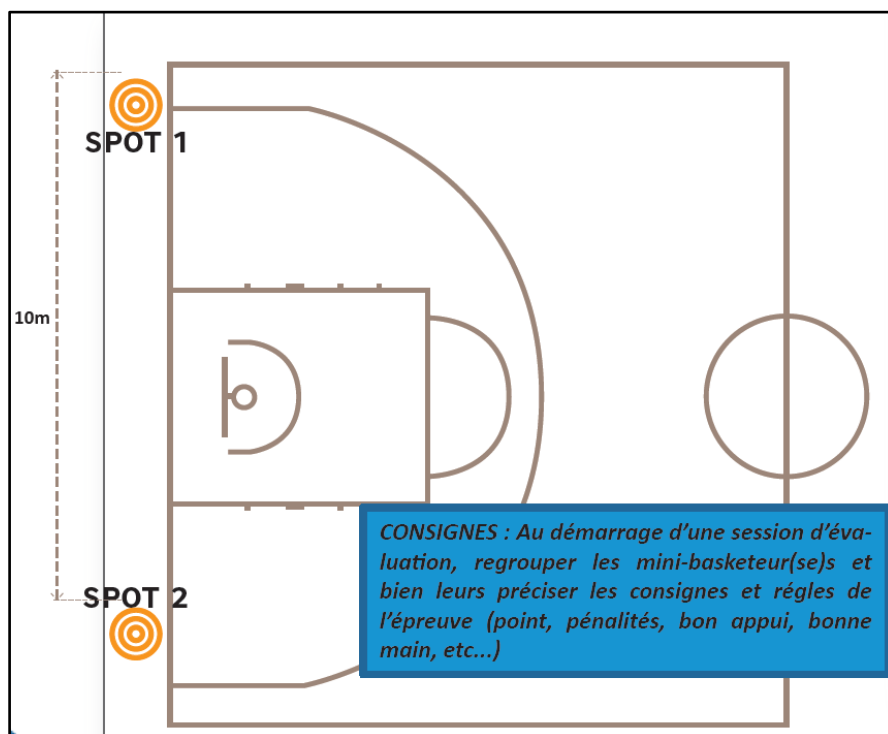
Il est obligatoire de garder au moins un pied en contact avec le sol. En cas de perte du ballon, l'épreuve part de nouveau d'où elle s'est arrêtée. Pas de redémarrage complet de l'épreuve. **Attention : il n'y a pas d'arrêt du chronomètre.** Prévoir un ballon à chaque spot.

Les mini-basketteurs peuvent s'entraîner sans gêner ceux qui concourent.

Pénalités :

- 1 point pour marcher

Schéma :



Barème :

Moins de 22 sec	42
de 22 à moins de 22,5 sec	41
de 22,5 à moins de 23 sec	40
de 23 à moins de 24 sec	39
de 24 à moins de 25 sec	38
de 25 à moins de 26 sec	37
de 26 à moins de 27 sec	36
de 27 à moins de 28 sec	35
de 28 à moins de 29 sec	34
de 29 à moins de 30 sec	33
de 30 à moins de 31 sec	32
de 31 à moins de 32 sec	31
de 32 à moins de 33 sec	30
de 33 à moins de 34 sec	29
de 34 à moins de 35 sec	28
de 35 à moins de 36 sec	27
de 36 à moins de 37 sec	26
de 37 à moins de 38 sec	25
de 38 à moins de 39 sec	24
de 39 à moins de 40 sec	23
de 40 à moins de 41 sec	22
de 41 à moins de 42 sec	21
de 42 à moins de 43 sec	20
de 43 à moins de 44 sec	19
de 44 à moins de 45 sec	18
de 45 à moins de 46 sec	17
de 46 à moins de 47 sec	16
de 47 à moins de 48 sec	15
de 48 à moins de 49 sec	14
de 49 à moins de 50 sec	13
de 50 à moins de 52 sec	10
de 52 à moins de 55 sec	5
de 55 à moins de 60 sec	2
60 sec et plus	1