

LE SPEED BALL

Sport complet, il nécessite une bonne condition physique. Extrêmement rapide, il exige réflexe, anticipation et concentration.

Sport de raquette valorisant la vision périphérique, la coordination l'esprit tactique...

Mise en œuvre facile, apprentissage rapide, règles simples, il peut se jouer seul avec une ou deux raquettes, à deux ou à quatre. Pédagogiquement, des formes adaptées de jeux peuvent être mises en place, favorisant le jeu ludique et créant l'émulation.