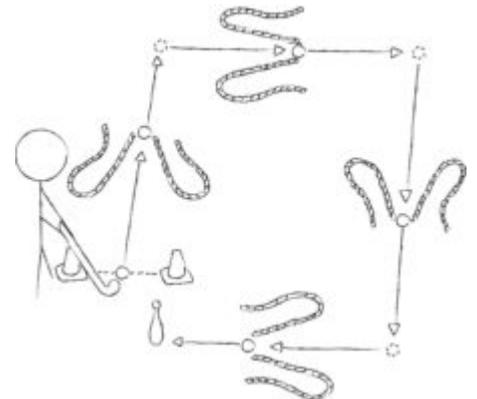


Favoris – Minigolf: Pour adultes – Difficulté moyenne

Minigolf – Pour adultes/Difficulté moyenne: Billard

Avec cet exercice, les joueurs entraînent les frappes droites bien dosées.

Avec la première balle, le joueur frappe la deuxième, avec la deuxième, la troisième, et ce jusqu'à la cinquième balle qui doit idéalement renverser la massue. Celui qui dose bien ses frappes pourra peut-être renverser la massue en cinq coups.



Variantes

plus facile

- Les débutants raccourcissent la piste en supprimant un passage.

plus difficile

- Les plus habiles agrandissent le rectangle et donc l'écart entre les cordes.

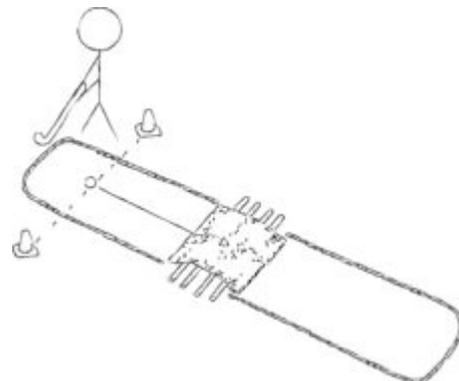
Matériel: Une canne de hockey ou d'unihockey, cinq (ou quatre) balles de tennis ou d'unihockey, deux cônes, une massue, huit (ou six) cordes.

Source: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)

Minigolf – Pour adultes/Difficulté moyenne: Volcan

Une bonne position et un mouvement propre sont des ingrédients indispensables pour réussir cet exercice, à savoir loger la balle dans le cratère.

Le volcan requiert précision, timing et résistance au stress. La construction se compose de cordes (piste), de quatre morceaux de tapis qui encadrent le trou et qui sont posés sur quatre cannes suédoises.



Variante

plus facile

Réduire la largeur de la piste en enlevant une corde.

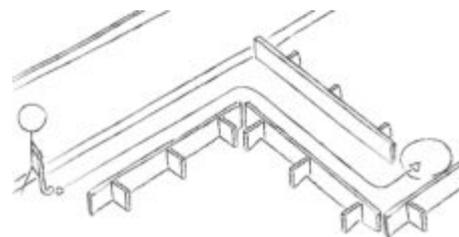
Matériel: Une canne de hockey ou d'unihockey, une balle de tennis ou d'unihockey, deux cônes, six cordes, quatre morceaux de tapis ou de moquette, quatre cannes suédoises

Source: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)

Minigolf – Pour adultes/Difficulté moyenne: Corridor

Grâce à cet exercice, les élèves apprennent le jeu indirect via les bandes.

Deux virages sont à négocier avant de retrouver le cerceau. L'élève exploite au mieux les bandes pour avancer efficacement. Les meilleurs parviendront au but en trois coups.



Variante

plus difficile

Au milieu de la piste sont placées des massues qu'il s'agit de ne pas faire tomber (pénalité).

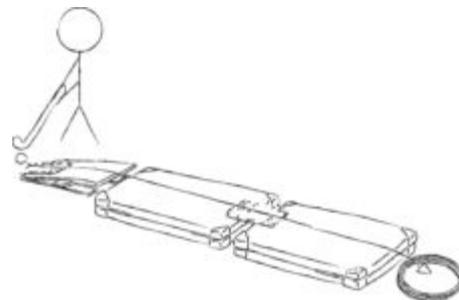
Matériel: Une canne de hockey ou d'unihockey, une balle de tennis ou d'unihockey, un cerceau, quatre bancs suédois ou éléments de caisson

Source: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)

Minigolf – Pour adultes/Difficulté moyenne: Sur le pont

Deux frappes s'avèrent plus judicieuses qu'une seule pour réussir cet exercice. La prise de risque, ici, ne paie pas forcément.

Avant d'atteindre la cible, la balle doit franchir un tremplin, deux tapis superposés, un pont et deux autres tapis superposés. Si le joueur frappe la balle doucement, il parviendra à l'immobiliser sur le second tapis. De là, un coup devrait suffire pour conclure.



Variantes

plus facile

- Sans tremplin, la balle arrive de manière plus directe dans les cerceaux.

plus difficile

- Ajouter deux tapis et donc un pont pour allonger la piste.

Matériel: Une canne de hockey ou d'unihockey, une balle de tennis ou d'unihockey, quatre (ou six) tapis, deux (ou trois) morceaux de tapis ou de moquette, un tremplin, quatre cerceaux empilés

Source: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)