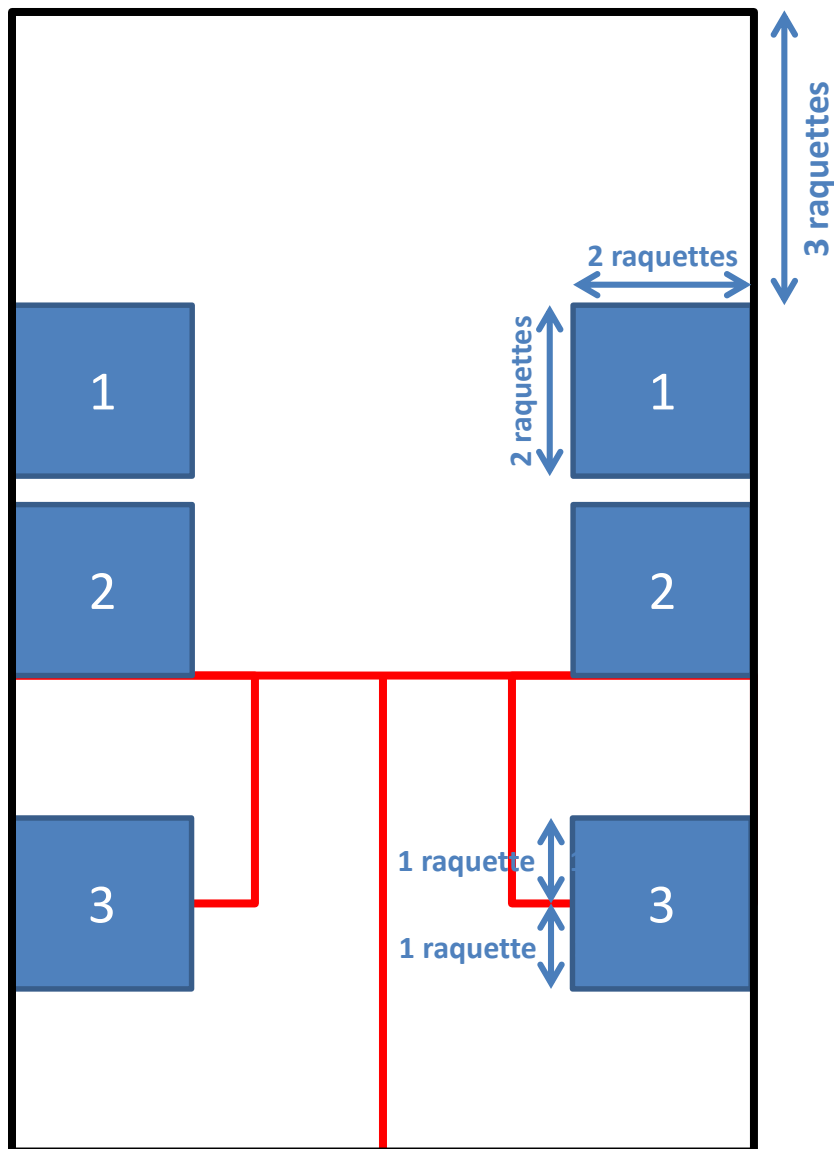


Diplômes « Initiateur de Squash » et animateur « Ecole des Jeunes » Epreuve technique solo



Descriptif de l'épreuve

Epreuve technique solo qui consiste en la réalisation de 6 exercices d'envois de balles consécutifs (distribution au coup par coup) dans chaque cible horizontale en coup droit et en revers.

Nombre de cibles :

6 cibles horizontales dont 3 en coup droit et 3 en revers réparties sur 3 zones :

- zone 1 = avant
- zone 2 = milieu
- zone 3 = arrière

Consignes :

Le candidat doit se placer en arrière de la ligne avant de service et frapper au dessus de la ligne de service.

Critères de réussite de l'épreuve :

- Par exercice, 5 envois consécutifs en moins de 3 minutes pour chacune des cibles
- 5 exercices réussis sur 6

Durée de l'épreuve :

6 x 3 minutes