

# FLÈCHE DROITE

Objectif

Améliorer l'axe du lancer.

Équipement

Cible, éponges ou boîtes de mouchoirs ou gobelets en plastique

## Préparation

Placez une cible (en rouge dans le diagramme) sur le centre ligne juste au - delà de la ligne du cochon pour définir l'axe du lancer. Placez deux paires d'éponges (en vert sur le diagramme) le long de l'axe du lancer, comme indiqué à droite. Laissez environ 1,5 pieds entre chaque paire d'éponges.

## Description

Prenez deux glisses en enregistrant (le cas échéant) si l'une des éponges vertes a été touchées. Remplacez toutes les éponges qui ont été déplacées. Après deux glisses, déplacez la cible rouge vers un emplacement situé à environ 1,5 pied à gauche de la ligne du centre, déplacez les éponges vertes et répétez l'exercice. Après deux glisses à cet endroit, déplacez la cible rouge sur un pied et demi à droite de la ligne du centre et répétez l'exercice. Au total, il y aura six glisses. Cet exercice enseigne le curleur à regarder la cible.

## Pointage / Résultats

Score 1 point pour chaque paire d'éponges qui n'ont pas été déplacées. Le maximum est de 12 points.

## Variation avancée

Placez les éponges plus près les unes des autres. Si vous glissez sans pierre, les éponges peuvent être espacées de moins d'un pied.

