

Tu es né (e) en 2001 ou en 2002, participe au panier d'or, gagne et fait gagner à ton club du matériel pour mieux t'entraîner.

Demande la fiche de notation à ton entraîneur, entraîne-toi et participe aux sélections dans ton club pour te qualifier pour la finale départementale qui se déroulera le 29 janvier 2012 à ALBI

3 garçons et 3 filles par club participeront à la finale départementale du panier d'or. Lors de la finale, les 3 meilleurs scores en garçons et en filles gagneront des lots (shorts, maillots, sacs, ..) et leur qualification pour la finale régionale qui se déroulera à GAILLAC le 22 avril 2012. Le club qui aura cumulé le plus de points en finale sera aussi récompensé.

1 /8 pts
Faire 2 tirs crochets à gauche puis 2 tirs crochets à droite
2 Points le panier réussi bon pied et bonne main

2 /8 pts
Faire 2 tirs en course gauche puis 2 tirs en course à droite
2 Points le panier réussi bon pied et bonne main

3 /12 pts
Faire 6 stop-tirs aux 6 plots en contournant le plot du haut
2 Points le panier réussi sans temps d'arrêt
Tir à 45° obligatoire avec la planche

4 /6 pts
Faire 3 tirs de lancer-francs
2 Points le lancer franc réussi

5 /12 pts
Faire 3 tirs lointains et tenter de retirer en récupérant le rebond
3 Points le panier réussi de loin et 1 point le panier réussi après rebond. Le ballon ne doit pas toucher le sol.

Total :

PANIER D'OR
Nom : _____
Prénom : _____
Club : _____

Tu peux aussi télécharger une fiche de pointage sur le site du comité du Tarn : www.basket81.fr