

Basé sur des épreuves individuelles, ce Challenge emmènera directement les enfants à Paris après des qualifications départementales et régionales.

**A gagner : un voyage aux Etats-Unis pour vivre une expérience NBA !**

### Qui inscrit :

Les clubs, seuls les enfants U12 et U13 et licenciés à la FFBB sont sélectionnables.

### Où s'inscrire :

Sur le site du Comité Départemental de Loire Atlantique.

Dans un 1<sup>er</sup> temps le club s'inscrit en tant que participant au Challenge. Il donnera ensuite les noms des 3 filles et 3 garçons qui auront réalisés le meilleur score dans leur club afin de participer aux qualifications de secteur pour la finale départementale. (Le club peut présenter entre 1 et 3 joueurs(es))

### Quand s'inscrire :

La date butoir d'inscription pour le club est début novembre et celle pour la nomination de leurs joueurs(es) est fixée début décembre. Les inscrits seront convoqués mi-décembre sur l'un des 7 secteurs définis géographiquement et sur répartition numérique pour les qualifications de la finale départementale.

### Epreuve Tony Parker :



#### Déroulement :

- Plusieurs séries de 2 lancers-francs.
- Après 2LF consécutifs tentés, courir au rond central et revenir. (poser 1 appui dans le rond central et revenir).

### Epreuve Céline Dumerc :



#### Déroulement :

- Le joueur démarre un circuit avec les consignes techniques de réalisation au spot N°1 à N°3.

### Epreuve Boris Diaw :



#### Déroulement :

- Le joueur démarre un circuit avec les consignes techniques de réalisation aux spots N°1 à N°2 et aux cibles 1 à 3.

### Epreuve Sandrine Gruda :



#### Déroulement :

- Le joueur démarre un circuit de tirs des 7 positions dans l'ordre indiqué : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.

Conformément au règlement national, cas d'égalité à l'issue des 4 épreuves, Il sera demandé de repasser l'épreuve "Tony PARKER" jusqu'à obtention d'une différence de score pouvant départager les candidats. (Voir le règlement complet)

A l'issue des qualifications de secteur, les meilleures Filles et meilleurs Garçons seront retenus pour la Finale Départementale qui aura lieu sur un site identifié par le Comité mi-février avec les autres meilleurs scores, tout site confondu (repêchage en fonction du nombre d'inscrits chaque année).

Les 6 meilleures Filles et les 6 meilleurs Garçons de la finale départementale, seront qualifiés pour la Finale Régionale en Avril.

Le 1<sup>er</sup> et la 1<sup>ere</sup> de la Finale Régionale seront qualifiés pour la Finale Nationale à Paris lors de la Coupe de France

Les épreuves sont téléchargeables ainsi que le règlement officiel sur le site du Comité de Basket Ball de Loire Atlantique :

WWW.basket44.com

### Epreuve Céline DUMERC (dextérité - tirs)

**FFBB** **JR. WNBA** **ir.s.nba**

**45 secondes**

**1 joueur tireur - 2 ou 3 rebondeurs (libre)**

**Tir main gauche à gauche - Tir main droite à droite - Choix de la main à tirer en face - Accés au panier en départ croisé**

**45 secondes**

### Epreuve Tony PARKER (lancers-francs)

**FFBB** **JR. WNBA** **ir.s.nba**

**Le plus possible de LF marqués dans le temps de 45 secondes...**

**1 joueur tireur - 1 joueur rebondeur - 1 joueur passeur**

**45 secondes**

**Détaillement:**  
- Plusieurs séries de 2 lancers-francs  
- Après 2LF consécutifs tentés, court au rond central et revenir (poser 1 appui dans le rond central et revenir)

**Règles:**  
- 5 secondes pour effectuer un LF  
- Le laxon retentit au milieu d'une série = Le LF marqué sera comptabilisé comme 1 point  
- 1 lancer marqué = 1 point

**Bonus:**  
- 2 lancers consécutifs marqués de la même série = 3 points

**Pénalités:**  
- Pied(s) sur la ligne de lancer-franc = point refusé  
- Ne pas aller poser le pied dans le rond central = la tentative refusée

### Epreuve Boris DIAW (dribble - passe - tir)

**FFBB** **JR. WNBA** **ir.s.nba**

**45 secondes**

**1 joueur tireur - plusieurs personnes en aide**

**Détaillement:**  
Le joueur démarre du plot N°1 intitulé : Départ  
Dribble main gauche et tire en double pas avec les appuis Gauche Droite et tir main Gauche.  
Le joueur récupère son ballon et se rend vers le plot N°2 qu'il contourne par l'intérieur en dribblant avec la main de son choix puis :  
Dribble main Droite et tir en double pas avec les appuis Droite Gauche et tir main Droite.  
Rebond et pose du ballon dans le cerceau placé dans la raquette.  
Le joueur doit effectuer 3 passes.  
1 passe sur chaque cible N°1, N°2 et N°3  
Il prend le ballon dans le cerceau placé dans la zone restrictive et tente de le faire passer dans la cible verticale en effectuant une passe poitrine à deux mains. Ceci sur les 3 cibles. Pas d'ordre à respecter.  
- Prise d'appuis en fente avant.  
- Il doit garder un appui dans la zone restrictive en effectuant la passe  
- Il effectue ce geste pour les trois cibles.  
Recommencer le circuit dans le même ordre des exercices jusqu'au retentissement du klaxon de fin de l'épreuve (45 secondes)

**Règles:**  
- Durée (45 secondes)  
- Comptage des points  
- Tirs "1 panier marqué = 2 points"  
- Passes "1 passe réussie = 1 point"

**Pénalités:**  
- Le point sera refusé si le dernier appui est hors de la zone restrictive et la passe poitrine deux mains non respectée  
- Si le joueur fait un "marcher" au départ du spot, 1 point sera retiré du total obtenu et le panier sera refusé  
- Le panier sera refusé si il n'y a pas de bon choix d'appuis lors du tir en course  
- Le panier sera refusé si le joueur utilise sa mauvaise main de tir

Les cibles (cerceaux ou autres matériels...) sont placés à la verticale de la ligne à 3 pts et du cercle central (voir schéma)

**Positionner des personnes derrière les cibles pour récupérer les ballons et repositionner le matériel si nécessaire.**

### Epreuve Sandrine GRUDA (adresse à 3 pts, 2 pts et 1 pt)

**FFBB** **JR. WNBA** **ir.s.nba**

**Le joueur(se) respecte l'ordre des spots proposés...**

**45 secondes**

**1 joueur tireur / plusieurs ballons - 1 ou plusieurs joueurs rebondeurs - 1 joueur ou plusieurs joueurs passeurs**

**Détaillement:**  
Le joueur tire des 7 positions dans l'ordre indiqué: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7  
- Le joueur tire des 7 positions dans l'ordre indiqué: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7  
- Le joueur tire des 7 positions dans l'ordre indiqué: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7  
- Le joueur tire des 7 positions dans l'ordre indiqué: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

**Règles:**  
- Durée: 45 secondes  
- Recommander de suivre l'ordre des spots lors d'une série.  
- La série est terminée lorsque les 7 tirs ont été effectués.  
- Le tir de 1 point se fait du demi cercle devant la ligne de lancer-franc.  
- Le tir de 2 points se fait du cercle central.  
- Le tir de 3 points se fait de la ligne à 3 points.

**Comptage des points:**  
- 1 panier = 1, 2 ou 3 points

**Pénalités:**  
- Si l'emplacemnt des spots de tirs sont positionnés sur le schéma et spécifiés au regard des mesures officielles d'un terrain 28 m par 15 m.

Les épreuves sont téléchargeables ainsi que le règlement officiel sur le site du Comité de Basket Ball de Loire Atlantique :

WWW.basket44.com