

---

## TERRE BLANCHE

### MISE EN JEU ET PUISSANCE

#### ENTRAÎNEMENT PERFORMANCE

Les points récoltés lors de l'entraînement performance sont à enlever au score stroke play du jour.

**-N°1 : Précision : faire pitcher consécutivement des balles dans les zones suivantes.**

Zone A : 20 mètres de large

Zone B : 10 mètres de large

Zone C : 5 mètres de large

niveau 0 : Aucune situation validée (0 pt bonus)

niveau 1 validé : 3 balles d'affilée dans la zone A (0,5 pt bonus)

niveau 2 validé : 3 balles d'affilée dans la zone B (1 pt bonus)

niveau 3 validé : 3 balles d'affilée dans la zone C (1,5 pt bonus)

**-N°2 : faire pitcher x balles une zone restreinte (3 zones)**

niveau 0 : aucune situation validée (0 pt bonus)

niveau 1 validé : Faire pitcher 2 balles d'affilée dans la zone A (0,5 pt bonus)

niveau 2 validé : Faire pitcher 2 balles d'affilée dans la zone B (1 pt bonus)

niveau 3 validé : faire pitcher 2 balles d'affilée dans la zone C (1,5 pts bonus)

niveau 4 validé : faire pitcher 1 balle consécutivement dans les différentes zone (2 pts bonus)

**-N°3 : Essayer de contourner les baguettes en visant une zone restreinte**

Mettre le plus de balles d'affilée dans la zone.  
Les 2 meilleurs remportent 1 pt bonus

#### **-N°4 : : PUISSANCE**

ES14 Garçons ou zone : 5 balles

Filles : Moins de 135 mètres de carry : 0 pt

136-160 mètres de carry : 0,5 pt

161-185 mètres de carry : 1 pt

186-200 mètres de carry : 1,5 pt

Plus de 200 mètres de carry : 2 pts

#### PARCOURS 9 TROUS

**-Parcours aménagé - Départs avancés**

POINTS BONUS (0,5 pt par performance)

Si le joueur dépasse le plot au drive,

#### MINIMAS

Chaque minima validé rapporte 5 points pour dans le classement des entraînements. Le joueur peut essayer de valider les minimas non encore obtenus à chaque convocation.

#### -SEANCE TECHNIQUE

Thème : développer la puissance et le carry de balle (Taper des balles à la façon Bubba Watson, taper en sautant à l'impact).  
Création et maîtrise des trajectoires de balles