

Tu vas devoir réaliser un parcours, mais attention tout en respectant les règles du handball (que tu connais normalement)

tu devras réaliser un slalom le plus rapidement possible en driblant, tu devras ramper sous une chaise puis sauter par-dessus un obstacle de ton choix

Pour finir tu devra faire 5 tours sur toi même et ensuite viser un objet et le faire tomber.

Envoie la vidéo à tes coachs (ils jugeront ta prestation)