

"Match: 1500"

Match: 1

7 verges, 12 balles, 20 sec, action double, debout sans support

15 verges, 12 balles, 20 sec, action double, debout sans support

Match: 2

25 verges, 18 balles, 90 sec, action double

(6 balles a **genoux**)

(6 balles **main gauche, barricade gauche**)

(6 balles **main droite, barricade droite**)

Match: 3

50 verges, 24 balles, 2 min 45, action double ou simple

(6 balles **assis**)

(6 balles **couché**)

(6 balles **main gauche, barricade gauche**)

(6 balles **main droite, barricade droite**)

Match: 4

25 verges, 12 balles, 35 sec, action double, debout sans support

25 verges, 12 balles, 35 sec, action double, debout sans support

Match: 5A (équipe)

7 verges, 12 balles, 20 sec, action double, debout sans support

25 verges, 18 balles, 90 sec, action double

(6 balles a **genoux**)

(6 balles **main gauche, barricade gauche**)

(6 balles **main droite, barricade droite**)

Match: 5B (équipe)

50 verges, 24 balles, 2 min 45, action double ou simple

(6 balles **assis**)

(6 balles **couché**)

(6 balles **main gauche, barricade gauche**)

(6 balles **main droite, barricade droite**)

25 verges, 6 balles, 12 sec, action double, debout sans support