



## CENTRE-VAL DE LOIRE BASKETBALL

### Epreuve Mathis

### DOSSOU-YOVO



**Mathis DOSSOU-YOVO**  
Fait ses armes dans notre ligue au sein des clubs du Poinçonnet, Chateauroux et CJ Fleury les aubrais.  
2015-18 : Centre fédéral (Nationale 1)  
2018-20 : ES Chalonnais (Pro A)  
2020-21 : prêt à ALM Evreux et ADA Blois (Pro A)  
2021-22 : ES Chalonnais (Pro B)  
2022-23 : Saint-Quentin BB (champion pro B et MVP)  
Actuellement avec Saint-Quentin BB en Betclic elite.  
Médaille de bronze avec les équipes de France U18 et

#### Savoir-Faire de la catégorie U11

- Conduire le ballon avec vitesse
- Tirer de plein pied
- Capter un rebond

#### Matériel

1 plot, 1 ballon

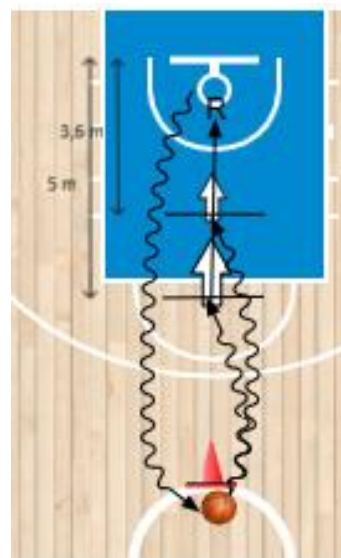
#### Déroulement

Le joueur part ballon en main depuis le milieu du terrain. Il choisit l'emplacement de son tir (2 ou 3 pts). Si le tir est raté, un rebond est possible pour 1 pt. Il récupère son ballon, revient et contourne le plot central avant de choisir un nouveau tir. Il prolonge cela durant 45".

#### Barème

Les tirs marqués rapportent 2 ou 3 pts.

Un rebond rapporte 1 pt



**Variantes :** Modifier les distances et les angles de tirs  
Déplacer le plot sur le côté pour effectuer un arrêt alternatif.  
Etablir des records (score, panier de suite, etc...)

**Forme jouée :** Duel avec 2 joueurs (1<sup>er</sup> à 10, 1<sup>er</sup> à 5 en plus-moins ).  
1 seul ballon pour deux (ou trois). Celui qui prend le rebond va tenter un nouveau tir.

