

# BILBOQUETS



4 types de bilboquets

## Bilboquet « poire »



## Kendama

*Le jeu consiste à projeter la balle en bois reliée au marteau puis à la récupérer directement, ou après avoir effectué une série de mouvements, sur l'un des plateaux ou sur le pic principal.*



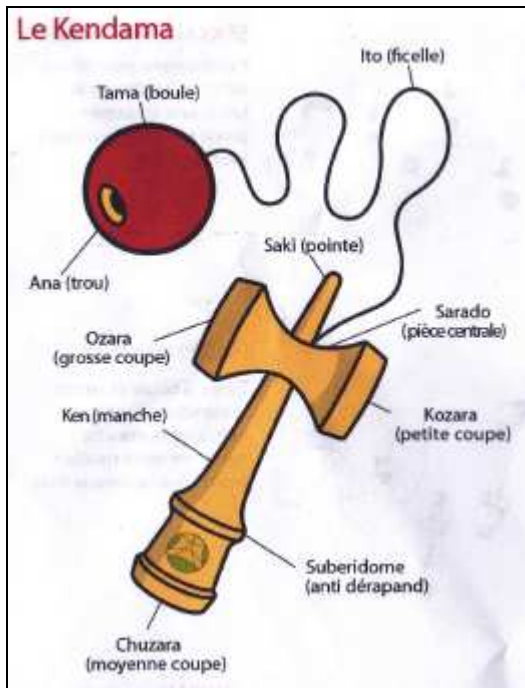
## Bilboquet double

*Boule à poser sur la pointe ou boule à poser sur la « tulipe ».*



## Bilboquets à points

*Lancer la balle sur une « poêle à frire » afin qu'elle retombe dans un des trous numéroté.*



**TIPS & TRICKS**

- Tenez vous en position verticale en écartant les jambes et en liant légèrement les genoux.
- Pliez les genoux au début et à la fin de chaque mouvement.
- Faites monter la boule en mouvant tout le corps vers le haut.
- Évitez des mouvements brusques avec votre main.
- Exécutez tous les mouvements à une hauteur entre la taille et la poitrine.

**TOMEKEN** (manche A)

Faites monter la boule de manière droite. Rattrapez la boule en enfonceant la pointe dans le trou.

**FURIKEN** (manche A)

Agitez la boule en avant. Levez brusquement de sorte que la boule monte en faisant un demi rotation. Rattrapez la boule en enfonceant la pointe dans le trou.

**NIHON ISSHU** (manche A)

Faites monter la boule en manière droite et rattrapez la avec la petite coupe. Lancez la boule vers le haut et rattrapez la boule avec la grosse coupe. Pour finir, jouez la boule avec la pointe.

**SEKKAI ISSHU** (manche A)

Faites comme pour Nihon Isshu, mais rattrapez la boule avec la coupe moyenne avant de la rattraper avec la pointe.

**OZARA** (manche B)

Faites monter la boule de manière droite et rattrapez la avec la grosse coupe.

