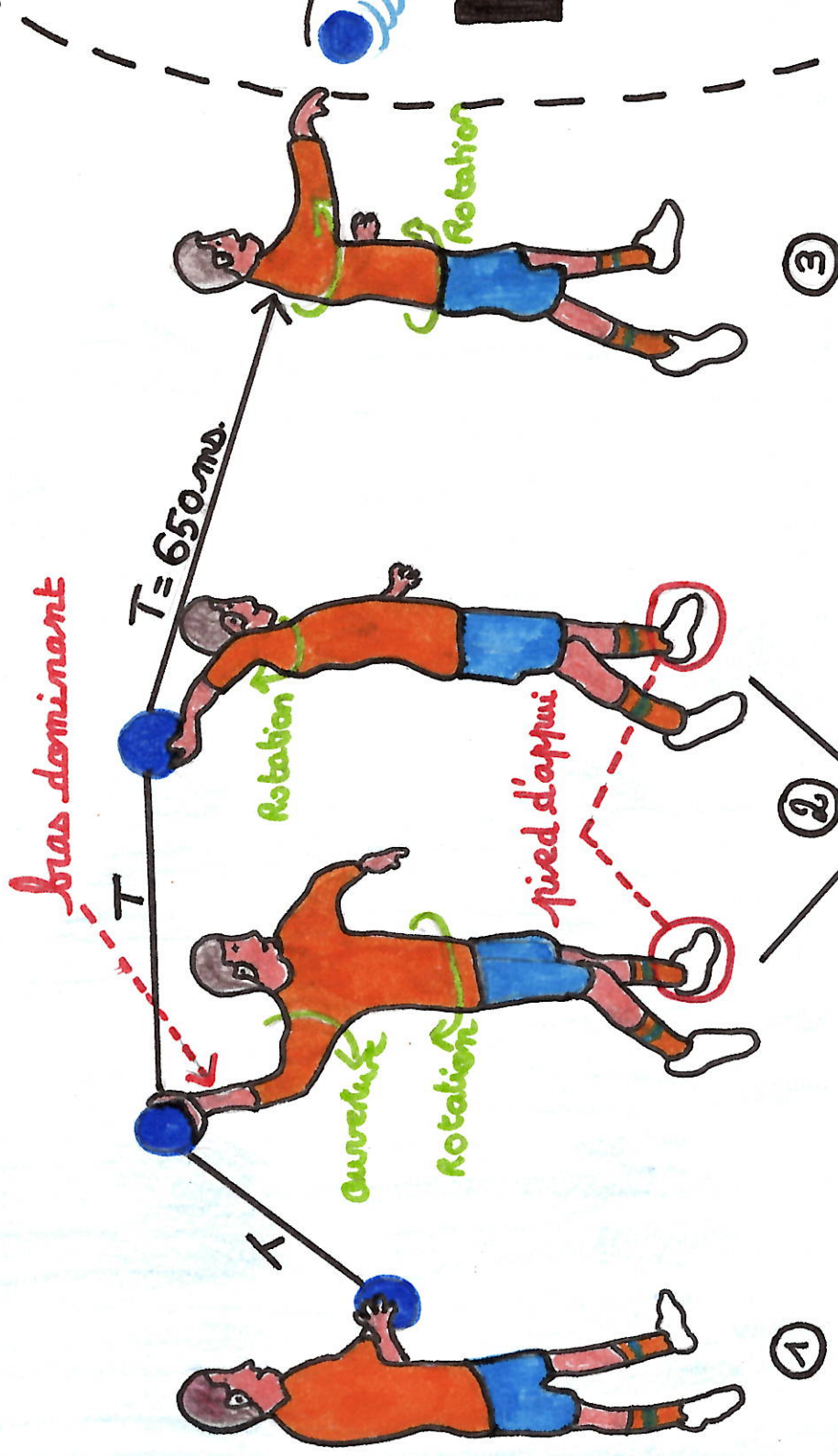


HANDBALL

(Niveau Professionnelle)

(F) force de propyne = $m \times a$
 masse \rightarrow accélération

vitesse de tir = Somme de la vitesse
 d'extension du coude
 et de la rotation de l'épaule



① phase d'élan

② phase d'armement

③ phase de tir

- Rotation du tronc
- épaule
- externe de l'humérus

- Rotation inverse du tronc
- épaule
- interne de l'humérus

• temps donné (ms) = millisecondes
 • V = vitesse du ballon au moment du tir