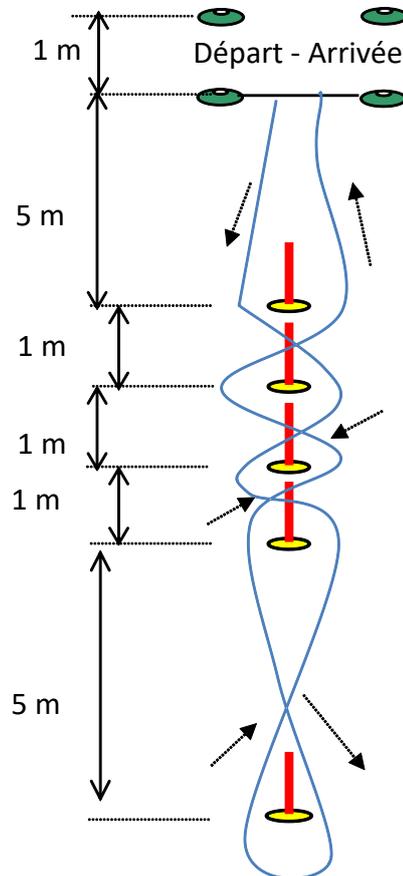




PARCOURS TECHNIQUE DES RASSEMBLEMENTS FUTSAL U11

Organisation d'un parcours technique à reproduire 4 fois



Matériel pour 1 parcours :  5 Constris foot  4 plots ou coupelles

- *Le chronométrage démarre après le départ du joueur, situé entre les 4 coupelles de la zone de départ, sans top du chronométreur.*
- *Le joueur doit mettre le pied sur le ballon entre les 4 coupelles de la zone d'arrivée pour arrêter le chronométrage.*
- *Le joueur qui termine son parcours en ayant escamoté les obstacles ou qui n'aura pas effectué les croisements imposés ou si le ballon n'est pas arrêté dans la zone d'arrivée sera pénalisé (2s par pénalités).*
- *Les temps sont pris individuellement, les 5 meilleurs temps sont retenus pour chaque équipe.*

Pour les organisateurs : matériel à mettre à disposition

20 CONSTRIS FOOT



16 PLOTS OU 16 COUPELLES

