



Défi Jonglage Rassemblement U11



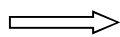
TENUE:

Tenue de footbaleur (chaussures de football, maillot, short, bas relevés avec protège-tibias).

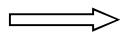
ESSAIS:-

2 essais pied

2 essais tête



30 jonglages



10 jonglages

SI LE PREMIER ESSAI EST REUSSI PAS DE 2ème ESSAI

Le joueur effectue tous ses essais à la suite

AUCUNE SURFACE DE RATRAPAGE

Le second pied compte dans le comptage des jonglages et n'est plus considéré comme une surface de rattrapage

DEPART DU BALLON:

- Ballon au sol
- Lever le ballon avec le pied de son choix
- Début du comptage au premier contact.

FEUILLE DE RESULTATS:

- a)- Noter tous les essais
- b)- Ne pas faire les totaux

ps: Chaque équipe doit amener son ballon