

FutNet

LA PRATIQUE DE HAUTE VOLÉE



Précédent

Suivant



PUBLIC CIBLE

Adolescents
et seniors

Footset

PÉRIMÈTRE

Deux équipes de une à trois personnes (2 contre 2 préconisé) séparées par un filet, s'affrontent avec un ballon sur un terrain rectangulaire (constitué d'une aire de jeu et d'une zone de dégagement). Le but du jeu est de faire rebondir le ballon dans les limites du camp adverse sans que celle-ci ne parvienne à le renvoyer après un rebond.

CARACTÉRISTIQUES

Jeu offensif, technique, intensité, ludique

RÈGLES DE BASE

Les matchs se jouent en un set gagnant. La première équipe à 15 points remporte le match. Si les équipes se retrouvent à 14 partout, le jeu continue jusqu'à ce qu'une équipe ait 2 points d'avance.

Le service : Un point peut être marqué directement sur le service. Il s'effectue sur la ligne de fond, de volée ou demi-volée. Une seule tentative possible.

Deux rebonds non consécutifs autorisés, à utiliser n'importe quand dans l'échange.

Trois touches maximum par équipe. Renvoi possible en une ou deux touches. Un même joueur ne peut pas toucher la balle deux fois de suite (**pas de touches consécutives**).

Point marqué : Lorsque que le ballon ne peut être rejoué par l'adversaire ou après 2 rebonds consécutifs dans le camp adverse.

Filet : Interdit de toucher le filet. Si 2 joueurs touchent le filet en même temps le point est à rejouer.

Engagement : il doit s'effectuer en diagonale, ne peut être repris de volée.

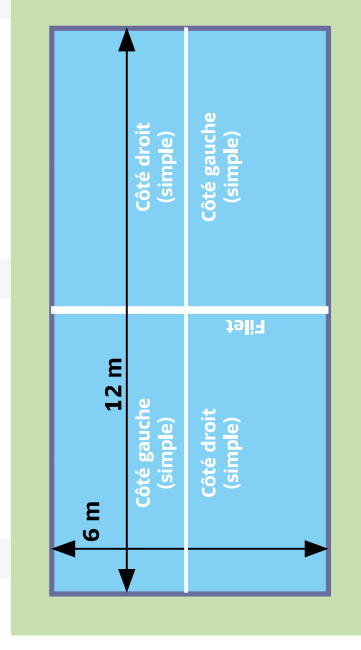
Tracé du terrain : 12 X 6m, filet FFF terrain synthétique avec traçage coupelle, terrain de badminton, terrain de tennis extérieur ou intérieur (possibilité de jouer avec les couloirs ou non selon le nombre de joueurs).

INSTALLATION ET MATÉRIEL

- Filet Tennis-Ballon de 1,10m
- Tracé en silicone
- Ballon taille 5 ou taille 4 selon publics
- Revêtement : Terrain synthétique ou gymnase ou terrain de futsal extérieur ou terrain de Foot5 ou pelouse

Précédent

Suivant



Cliquez ici pour retrouver les Sections Loisir près de chez vous

Pour aller plus loin sur cette pratique, consultez le guide dédié

Découvrez la pratique en vidéo



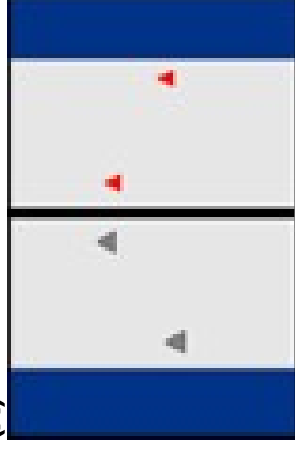
SYSTÈMES DE JEU OFFENSIF ▲

(A) 1-1 // (B) 0-2

SYSTÈMES DE JEU DÉFENSIF ▲

(A) 1-1 proche filet et fond de court
(B) 2 fond de court

(A)



(B)



5 CONSEILS POUR ATTAQUER

Phases de jeu	Conseils
Conserv	Bien se placer directement par rapport au ballon pour permettre la passe (poitrine, tête ou plat du pied)
Progresser	Pouvoir donner une trajectoire haute au ballon pour permettre au partenaire de se positionner
Déséquilibrer	Utiliser différentes surfaces de contact pour varier les effets et la puissance
Finir	Aller chercher le ballon le plus haut possible
Finir	Tenter de se rapprocher du filet afin d'être le plus efficace

Précédent

5 CONSEILS POUR DÉFENDRE

Phases de jeu	Conseils
Etre bien placé	Rapidement se placer les uns par rapport aux autres
Réceptionner le ballon	Se servir des parties du corps les plus efficaces (poitrine, pied, tête) Donner du temps aux partenaires
Protéger son camp	Regarder le positionnement du corps et des épaules des adversaires.
Contre	Avoir un joueur constamment en situation de contre au filet (semelle et pied dans le camp adverse)
Contre attaquer	Défendre le plus proche du filet, ne surtout pas reculer

Suivant



FootNet

► Dotations offertes par la F.F.F. dans le cadre du plan de développement du Foot Loisir.



**2 FILETS 6M X 1,1M
+ TRACÉS**



3X10 CHASABLES



10 BALLONS NIKE TAILLE 5

Précédent

Suivant



Futnet

Les éléments visuels pour communiquer sur cette pratique



Précédent

Suivant

Téléchargez l'ensemble des éléments de cette pratique sur le lien suivant

Télécharger ici



FutNet

Fédération Futnet et Disciplines Associées France



FÉDÉRATION FUTNET
ET DISCIPLINES
ASSOCIÉES FRANCE

Objectifs

- Développement de la pratique Futnet dans les clubs F.F.F. sous l'angle loisir

« La F.F.D.A.F. et la F.F.F. s'associent pour faire la promotion et développer la pratique du Futnet (tennis-ballon) en France à travers les clubs affiliés à la F.F.F. par le biais des Ligues régionales et des Districts, les clubs affiliés à la F.F.D.A.F., ainsi que les événements promotionnels organisés par la F.F.F. »

Engagements de la FFDAF

- Participation aux événements de promotion de la FFF, des Ligues et des Districts
- Participation aux réunions et commissions sur les nouvelles pratiques

Engagements de la FFF

- Mettre en relation la FFDAF et ses clubs avec les Ligues et Districts
- Prise en charge des frais de déplacement pour les actions FFF

Opérations de développement

- Accompagner le développement du Football Loisir dans les clubs en apportant son expertise sur la pratique du Futnet

Site internet de la FFDAF : <https://ffdaf.fr/>

