



DÉFI JONGLAGE RASSEMBLEMENT GEORGES MEYER U11

LE DÉFI

2 essais - bon pied → objectif 30

- Rattrapage autre pied autorisé mais non comptabilisé

2 essais - alterné pied gauche/pied droit → objectif 20

Si le premier essai est réussi, pas de deuxième essai

Le joueur effectue tous ses essais à la suite

Poser le pied au sol entre chaque contact

DÉPART DU BALLON

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

SUR LA FEUILLE DE RÉSULTAT

- Noter tous les essais
- Ne pas faire les totaux

TENUE DE FOOTBALLEUR COMPLÈTE EXIGÉE

**CRAMPONS, MAILLOT, SHORT, CHAUSSETTE RELEVÉE, PROTÈGE-TIBIA
CHAQUE ÉQUIPE FOURNIT SON BALLON**