

Le défi jonglerie du samedi en U11

1. Le défi jonglerie est à faire **avant** chaque plateau.
2. Les joueurs se mettent par 2, un joueur de chaque équipe. Le comptage des jonglages se fait par le joueur adverse.
3. Objectifs :

Défi pour la phase 2 en U11 :

. Journée 1 à 5 = Nombre de jonglerie en 1'. Pied droit OU gauche et tête.

Défi pour la phase 3 en U11 :

. Journée 1 à 5 = Nombre de jonglerie en 1'30. Alterné et tête.

Organisation :

Un ballon pour 2. Un chronomètre. La feuille de jonglerie

4. Départ au pied sauf pour la tête. Si le joueur n'arrive pas à lever le ballon au bout de 2 essais, départ à la main. Aucune surface de rattrapage n'est autorisée.



