



LE DEFI-JONGLAGES



- Avant les matchs.
- Pas d'incidence au classement.
- Suivi de l'épreuve à chaque vacances scolaires (parution site Internet)
- Valorisation de la meilleure équipe de chaque niveau en fin de saison .

	ELITE	MASSE
Phase 1 1 ^{ère} phase) : (J1 à J7ou J9)	30 pieds forts 20 têtes	30 pieds forts 20 têtes
Phase 2 (J1 à J5)	50 pieds forts 30 pieds faibles	50 pieds forts 30 pieds faibles
Phase 2 (J6 à J10) :	Défi en mouvement (30 mètres)	Défi en mouvement (30 mètres)

- On classe ses joueurs de 1 à 12.
- Les N° 1 ensemble...à N° 12
- 1 ballon par binôme et 3 essais maxi.
- Elite départ au pied (sauf tête)
- Masse, libre.
- Aucune surface de rattrapage.





LE DEFI JONGLAGES EN MOUVEMENT



2^{ème} phase : J6 à J10



Installation :

Tracer 2 couloirs avec des plots ou coupelles à l'aide lignes tracées.



LE DEFI JONGLAGES EN MOUVEMENT



OBJECTIF : parcourir le plus vite possible en jonglant la distance de 30 mètres, chacun, dans son couloir. Toutes les surfaces de contact du footballeur sont autorisées, le départ du ballon s'effectue au sol.



Si le ballon tombe avant la distance minimale, le joueur peut recommencer (une seule fois) à partir du point de départ.

Le défi jonglerie en mouvement est considéré comme nul si aucun des deux joueurs ne parcourt la distance minimale (voir croquis) en jonglant.

Pour chacune des deux manches le joueur déclaré vainqueur est celui qui franchit le premier les 30 mètres ou celui qui va le plus loin possible en jonglant (seuil minimum franchi).

L'équipe qui remporte le plus de défis remporte le défi jonglerie en mouvement. Si le nombre de défis remportés est identique, chaque équipe se voit attribuer 2 points.



LE DEFI JONGLAGES



Inscription du résultat sur FMI

Case « Observations d'après match »

- Vainqueur RC LENS ou Perdant LORIENT ou LENS-LORIENT DEFI NUL- Signature obligatoire des 2 coachs sinon les données ne seront pas enregistrées - 0 point si non déroulé - 3 pts la victoire - 2 points le nul - 1 pt la défaite.