

Le défi jonglerie du samedi en U11 et U13.

Phase 2 et Phase 3 ; niveau 1 et 2

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 U13 (niveau 1) :

- . Journée 1 et 2 = Nombre de jonglerie en 1'. Pied fort et tête.
- . Journée 3 et 4 = Nombre de jonglerie en 1'. 2^{ème} pied et tête.

Défi pour la phase 3 en U13 (Niveau 1 et Niveau 2) :

- . Journée 1 à 3 = Nombre de jonglerie en 1'30. Pied droit et pied gauche.

Défi pour la phase 3 en U11 (Niveau 1 et Niveau 2) :

- . Journée 1 à 3 = Nombre de jonglerie en 1'. Pied droit et tête.

4. Organisation :

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

5. 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.

