

IL EST TEMPS DE RELEVER, UN NOUVEAU DÉFI.



GOLF FOOT

LA PRATIQUE
DE
PRÉCISION

LE GUIDE
DE LA PRATIQUE



L'ESPRIT FOOT SANS COMPÉTITION



FOOT
LOISIR

GOLF FOOT

FICHE PRATIQUE



Le Golf Foot se pratique seul ou en équipe sur des parcours aménagés à l'air libre (des terrains de football, des parcs, des complexes sportifs...).

BUT DU JEU

Les joueurs(es) doivent faire en sorte que le ballon atteigne sa cible moyennant le moins de frappes au pied ou le moins de temps possible.

RÈGLES DE BASES

- Pour frapper le ballon, il doit être à l'arrêt
- En individuel ou en duel : atteindre la cible avec le moins de frappes possibles ou le plus rapidement possible
- En équipe : minimum de frappes cumulées ou rapidité pour atteindre la cible
- Les règles sont à adapter en fonction du public visé et de la difficulté du parcours.

CONSEILS

La pratique peut être aménagée en fonction de l'environnement (arbres, barrières végétales peuvent être des obstacles).

Au début, vous pouvez utiliser un cerceau et un piquet pour matérialiser la cible à atteindre.

Répartir les participants sur les différents parcours pour éviter l'attente, la pratique peut se faire en autonomie.

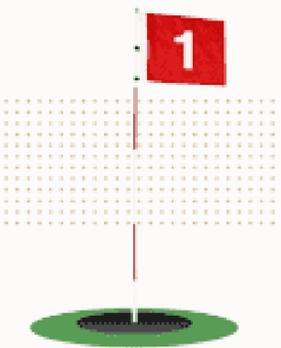
Vous pouvez mélanger les âges pour les duo (parents/enfants...).

FICHE MATÉRIEL



LE BALLON

Selon les publics qui pratiquent, le ballon peut être de taille 4 ou 5



LES CIBLES

Les cibles peuvent être matérialisées par un cerceau accompagné d'un piquet au milieu de celui-ci pour matérialisée l'arrivée ou sinon un set de 9 cibles avec drapeaux.



LE TERRAIN

Tout terrain ou espace aménagé peut être utilisé.



LES CHAUSSURES

Des chaussures de football ou baskets sont conseillées.

GOLF FOOT

LA PRATIQUE EN VIDÉO



FICHE VIDÉO



SCAN ME

BONUS

SCAN ME



Vous avez besoin de plus de précision sur cette pratique, contactez votre

CTD DAP : dbauchy@oise.fff.fr

L'ESPRIT FOOT SANS COMPÉTITION



FOOT
LOISIR



**FOOT
LOISIR**

GRILLE DE SCORE

GOLF FOOT

Nom de l'équipe :

Trous	1	2	3	4	5	6	7	8	9	TOTAL
Distance										
Par										
Coup(s)										

Distance : à renseigner par le responsable du parcours. Information sur la distance entre le départ et le drapeau.

Par : à renseigner par le responsable du parcours. Nombre de coups théorique idéal pour atteindre le trou.

Coup(s) : à renseigner par le participant. Nombre de coup réalisé pour atteindre le trou.



**FOOT
LOISIR**

GRILLE DE SCORE

GOLF FOOT

Nom de l'équipe :

Trous	1	2	3	4	5	6	7	8	9	TOTAL
Distance										
Par										
Coup(s)										

Distance : à renseigner par le responsable du parcours. Information sur la distance entre le départ et le drapeau.

Par : à renseigner par le responsable du parcours. Nombre de coups théorique idéal pour atteindre le trou.

Coup(s) : à renseigner par le participant. Nombre de coup réalisé pour atteindre le trou.