

IL EST TEMPS DE RELEVER, UN NOUVEAU DÉFI.



FOOT
LOISIR

FUTNET

LE GUIDE DE LA PRATIQUE



LA PRATIQUE
DE HAUTE
VOLÉE

L'ESPRIT FOOT SANS COMPÉTITION

FUTNET

NIVEAU
DÉBUTANT



FICHE PRATIQUE

Le Futnet se joue à deux équipes d'un à quatre personnes (3 contre 3 préconisé), sur un terrain rectangulaire séparé d'un filet.

BUT DU JEU

L'objectif est de faire rebondir le ballon dans les limites du camp adverse sans que l'équipe ne parvienne à le renvoyer après deux rebonds.

DEROULEMENT

Les points : Les matchs se jouent en un set gagnant où la première équipe à 15 points l'emporte. Pour pouvoir gagner, il faut obligatoirement 2 points d'avances

Le service : Il s'effectue sur la ligne de fond, une seule tentative est possible. Le point peut être marqué directement sur le service.

Rebond et touche de balle : 2 rebonds autorisés, possibilité de réceptionner à la main (2 sec maxi) puis de renvoyer le ballon avec la jambe. Touche de balle illimitée.

Points marqués : Si le ballon n'est pas renvoyé par l'adversaire ou après 3 rebonds consécutifs de l'adversaire.

Filet : Interdit de toucher le filet. Si deux joueurs touchent le filet en même temps, le point est à rejouer.

L'ESPRIT FOOT SANS COMPÉTITION



FOOT
LOISIR

FUTNET

NIVEAU
INTERMEDIAIRE



FICHE PRATIQUE

Le Futnet se joue à deux équipes d'une à trois personnes (2 contre 2 préconisé), sur un terrain rectangulaire séparé d'un filet.

BUT DU JEU

L'objectif est de faire rebondir le ballon dans les limites du camp adverse sans que l'équipe ne parvienne à le renvoyer après deux rebonds.

DEROULEMENT

Les points : Les matchs se jouent en un set gagnant où la première équipe à 15 points l'emporte. Pour pouvoir gagner, il faut obligatoirement 2 points d'avances

Le service : Il s'effectue sur la ligne de fond, une seule tentative est possible. Le point peut être marqué directement sur le service.

Rebond et touche de balle :

En simple : 3 touches de balle et 2 rebonds autorisés.

En double ou en triple : 4 touches de balles par équipe, maximum 2 touches par joueurs, 2 rebonds autorisés.

Points marqués : Si le ballon n'est pas renvoyé par l'adversaire ou après 3 rebonds consécutifs de l'adversaire.

Filet : Interdit de toucher le filet. Si deux joueurs touchent le filet en même temps, le point est à rejouer.

L'ESPRIT FOOT SANS COMPÉTITION



FOOT
LOISIR

FICHE PRATIQUE

Le Futnet se joue à deux équipes d'une à trois personnes (2 contre 2 préconisé), sur un terrain rectangulaire séparé d'un filet.

BUT DU JEU

L'objectif est de faire rebondir le ballon dans les limites du camp adverse sans que l'équipe ne parvienne à le renvoyer après un rebond.

DEROULEMENT

Les points : Les matchs se jouent en un set gagnant où la première équipe à 15 points l'emporte. Pour pouvoir gagner, il faut obligatoirement 2 points d'avances

Le service : Il s'effectue sur la ligne de fond, une seule tentative est possible. Le point peut être marqué directement sur le service.

Rebond et touche de balle :

En simple : 2 touches de balle max et un rebond autorisé.

En double ou en triple : 3 touches de balles par équipe, maximum 2 touches par joueurs, 1 rebond autorisé.

Points marqués : Si le ballon n'est pas renvoyé par l'adversaire ou après 2 rebonds consécutifs de l'adversaire.

Filet : Interdit de toucher le filet. Si deux joueurs touchent le filet en même temps, le point est à rejouer.

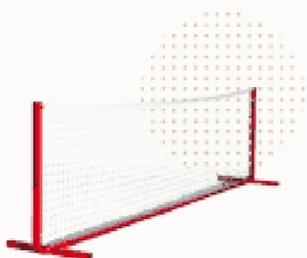
FICHE MATÉRIEL

LE BALLON



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

LE FILET

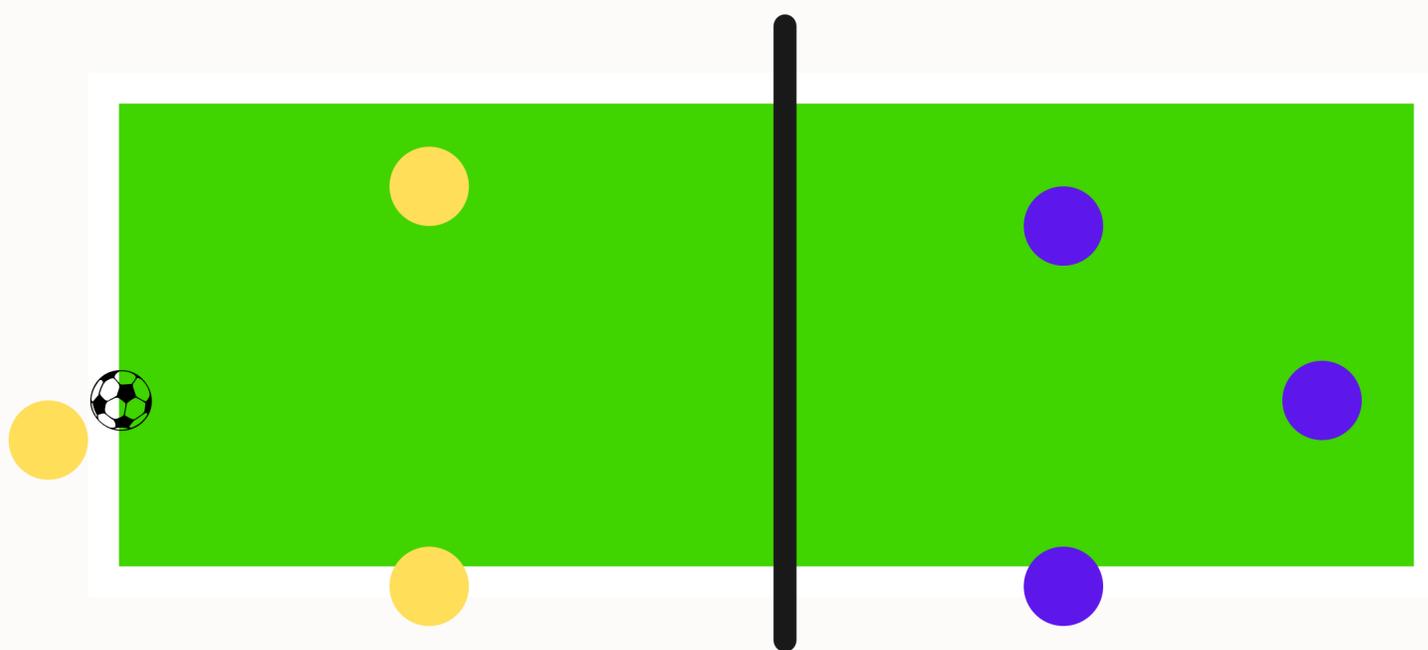


Le Futnet se pratique avec un filet de tennis-ballon mesurant 1,10 m de hauteur

LE TERRAIN



Le revêtement est au choix un terrain synthétique, un gymnase, un terrain de futsal extérieur, de Foot5 ou pelouse. La pratique se fera sur un terrain de 12m x 6m.



FootMe

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**