

2ème TOUR DU FESTIVAL DES U13

Consignes pour l'épreuve de jonglages

1. Chaque joueur se présente en tenue de footballeur : chaussures de football, maillot, short, bas relevés avec protèges tibias)
2. Votre ballon personnel est utilisé.
3. L'épreuve de jonglage porte sur 2 surfaces de contact :
 - Pieds : 50 contacts.
 - Tête : 30 contacts.
4. Chaque joueur bénéficie de 2 essais. Le 2^{ème} essai s'effectue immédiatement après le 1^{er}. (pas de 2^{ème} essai si l'objectif /contact est réussi au 1^{er})
5. Pour le jonglage « pieds » la montée du ballon s'effectue avec l'un de 2 pieds.
6. Pour le jonglage « tête » la montée du ballon se fait à la main.
7. Dans tous les essais, pieds et tête, la surface de rattrapage est tolérée.
8. Les totaux sont effectués par l'organisation. (ne rien inscrire dans la colonne de droite)

