



# RASSEMBLEMENT FUTSAL U9

## FICHE D'ANIMATIONS ATELIERS

Foot à 5

Fiche à donner A VOTRE ARRIVÉE à l'accueil du rassemblement.

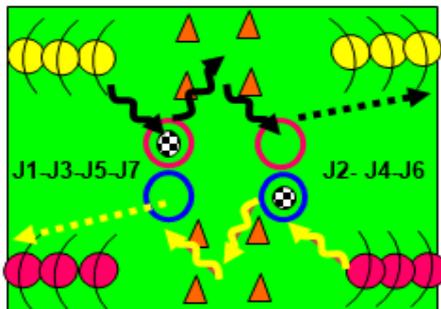
<b>EQUIPE :</b>						
<b>RESPONSABLE EQUIPE</b> (Nom - Prénom)						<b>SIGNATURE</b>

### ATELIER 1 (MATIN) : LE RELAIS'JONGLES

N°	NOM	PRENOM	PASSAGE 1	PASSAGE 2	PASSAGE 3	PASSAGE 4	PASSAGE 5
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
<b>TOTAL</b>							

Jonglage Pieds Libre UNIQUEMENT avec **ballon Football T3** / Départ du ballon à la main ou au sol

Au 1er passage, limiter à 30 jongles maxi - pas de limite pour les passages suivants



Récompense pour la meilleure équipe et les meilleurs joueurs

Si je fais + de 5 jongles au 1er essai, je PASSE au suivant

Si je fais - de 5 jongles, je réalise un 2ème essai OU je PASSE au suivant

Temps Défi: 5 Minutes

Départ du chrono dès le 1er jongle.  
Fin du défi à la 5ème minute.  
(ne pas couper le joueur qui jongle)

### ATELIER 2 (APRES MIDI) : PEF - CULTURE FOOT

NOMBRES DE BONNES RÉPONSES :	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10
CHRONO :										