

Le défi jonglerie du samedi en U11 et U13.

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 1 en U13 niveau 2 :

. Journée 5 = Nombre de jonglerie en 1'. Pied droit et Pied Gauche.

Défi pour la phase 2 en U13 :

. Journée 1 à 3 = Nombre de jonglerie en 1'30. Pied fort et tête.

. Journée 4 et 5 = Nombre de jonglerie en 1'30. 2^{ème} pied et tête.

Défi pour la phase 2 en U11 :

. Journée 3 à 5 = Nombre de jonglerie en 1'. Alterné et tête.

Défi pour la phase 3 en U13 :

. Journée 1 à 3 = Nombre de jonglerie en 2'. Pied droit et pied gauche.

. Journée 1 à 6 = Nombre de jonglerie en 2'. Tête. Et jonglerie en mouvement sur 15 m.

Défi pour la phase 3 en U11 :

. Journée 1 à 3 = Nombre de jonglerie en 1'30. Pied fort et tête.

. Journée 4 à 6 = Nombre de jonglerie en 1'30. 2^{ème} pied et tête.

4. Organisation :

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

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. Les joueurs font une première manche sur le premier thème demandé (par exemple Pied fort lors de la journée 1 phase 2 en U13) et une deuxième manche sur le deuxième thème. Le joueur qui fait le plus de jongsle apporte un point à son équipe.

