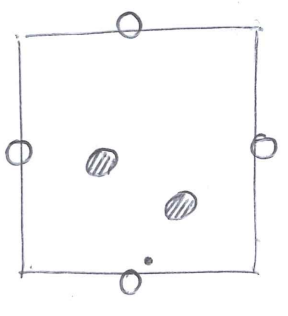


1. ECHAPPEE ET

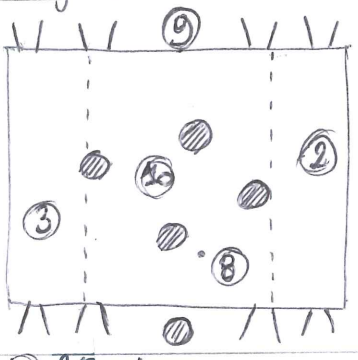
- jongerie - tenuis ballon - motricite

2. RONDO



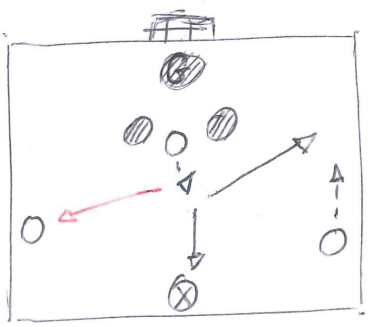
- 4@2 - 1@1@1
- Passe en 1 touche au joueur en face de soi : 1 pt (3 séquences de 2 min) (20 min)
- Si en ⊕, remise du receveur sur un 0 latéral : 1 pt supplémentaire (et si remise en 1 touche = 3 pts) (3 séquences de 2 min)
- les ⊕ doivent traverser 1 des lignes de la zone en conduite de balle : 1 pt (1 pt par passe remise avant de traverser). les 0 peuvent.

3. Jeu



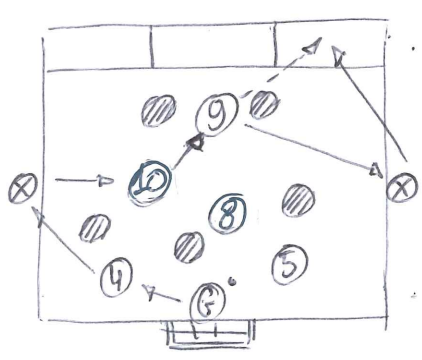
- 4@1@4@1 - 4@0@3@1
- Obj: Traverser 1 pote en conduite : 1 pt (20 min)
- Si remise de l'appui profond ⊕ pote : 3 pts
- L'équipe en possession occupe les 3 carrels, l'équipe qui défend 2 au maximum (4 séquences de 4 min)
- (exception: l'excitant à l'opposé de l'action peut demander à l'intérieur)

4. SITUATION



- 3@1@2@5 - 3@0@2@5
- On part du ⊕ qui donne au joueur axial (qui a fait 1 pointe et décrocher) - Remise (en 1 ou 2 touches) sur 1 joueur latéral et jeu libre 3@2@5 - 1 pt / but (20 min)
- A la récupération, les ⊕ essaient de traverser ⊕ : 1 pt (3 @ 5 min)

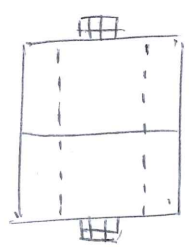
5. SITUATION 2



- 5@5@2@5 - 4@0@3@5
- On part de ⊕. les 0 doivent traverser 1 coéquipier présent, ou lancé dans la zone haute (être ou apparaitre) : 1 pt (20 min)
- (pas ⊕ de quelques sec. dans la zone haute) → ⊕ remise
- A la récupération, les ⊕ essaient de marquer : 1 pt / but (30 min)
- les ⊕ jouent avec l'équipe en possession (2 @ 6 min)
- Variante
- Si relance à gauche et 0 traversé sur la droite de la zone haute : 3 pts (et imbusement) (2 @ 6 min)

6. MATCH

L'équipe en possession occupe les 3 carrels
 L'équipe qui défend 2 maximum
 But valide seulement si tanté l'équipe qui marque est dans sa moitié offensive
 But double si l'équipe qui l'excitant est pas dans sa moitié défensive



20 min