

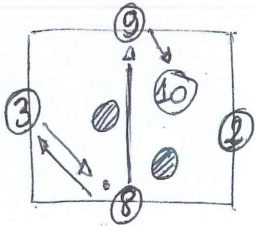
1. ECHAUFFEMENT

jeu de précision

10 min

2. RONDO

502 - 12 @ 12 M



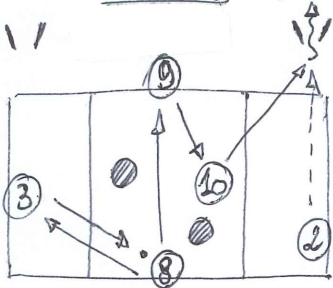
- 8-9-10 or 10-9-8 : 1 pt (si remise de 9 en 1 touche : 3 pts)  
(ne jamais être à 3 sur la même ligne de passe)

- A la récupération, les 0 doivent traverser 1 des lignes de la zone en conduite de balle : 1 pt  
si pare avant : 3 pts - les 0 passent immédiatement.

402 min

20 min

Évolution



502 - 24 @ 12 M (6-12-6)

8-9-10-2

ou 3 lancé dans 1 pote latérale : 1 pt (si 1 pare en 1 touche : 3 pts)

10-9-8-2

3 : mêmes règles que jeu de Rondo (402 min)

3. Jeu

40402 - 30 @ 30 M

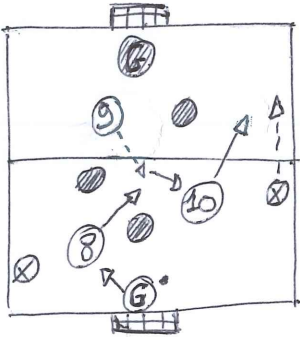
20 min

Obj : Trouver 9 qui fait 1 remise sur 8 ou 10 face au jeu et attaquer le but adverse  
but : 1 pt - si 8 ou 10 lance un 0 après la remise de 9 but sur l'action : 3 pts

les 0 jouent avec l'équipe en possession

(208 min)

Tous les joueurs sont libres dans leurs déplacements



4. SITUATION

5020202 - 30 @ 40 M

20 min

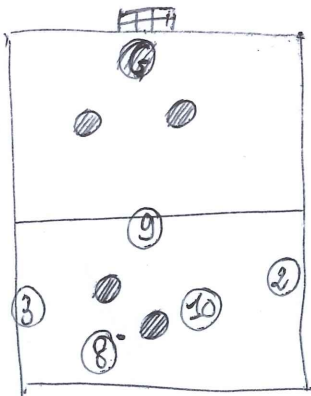
les 0 peuvent changer de zone et attaquer le but :

après 1 remise de 9 sur 2 ou 3 : 1 pt @ 1 pt si but

après 1 remise de 9 sur 8 ou 10 qui lance 2 ou 3 : 3 pts @ 1 pt si but

les 0 peuvent traverser 1 pote latérale en conduite : 3 pts  
marquer dans la pote centrale : 1 pt  
marquer dans le but central en 1 touche : 3 pts

si récupération dans la zone basse des 0  
marquer dans 1 des 3 ptes : 1 pt si récupération dans la zone haute des 0



5. MATCH

But compte triple si remise de l'attaquant sur 1 excentré @ but

But = 5 pts si remise de l'attaquant sur 1 milieu qui lance 1 excentré @ but

20 min