

# Viviacité

Finition

**MISE EN PLACE, CONSIGNES ET EVOLUTIONS**


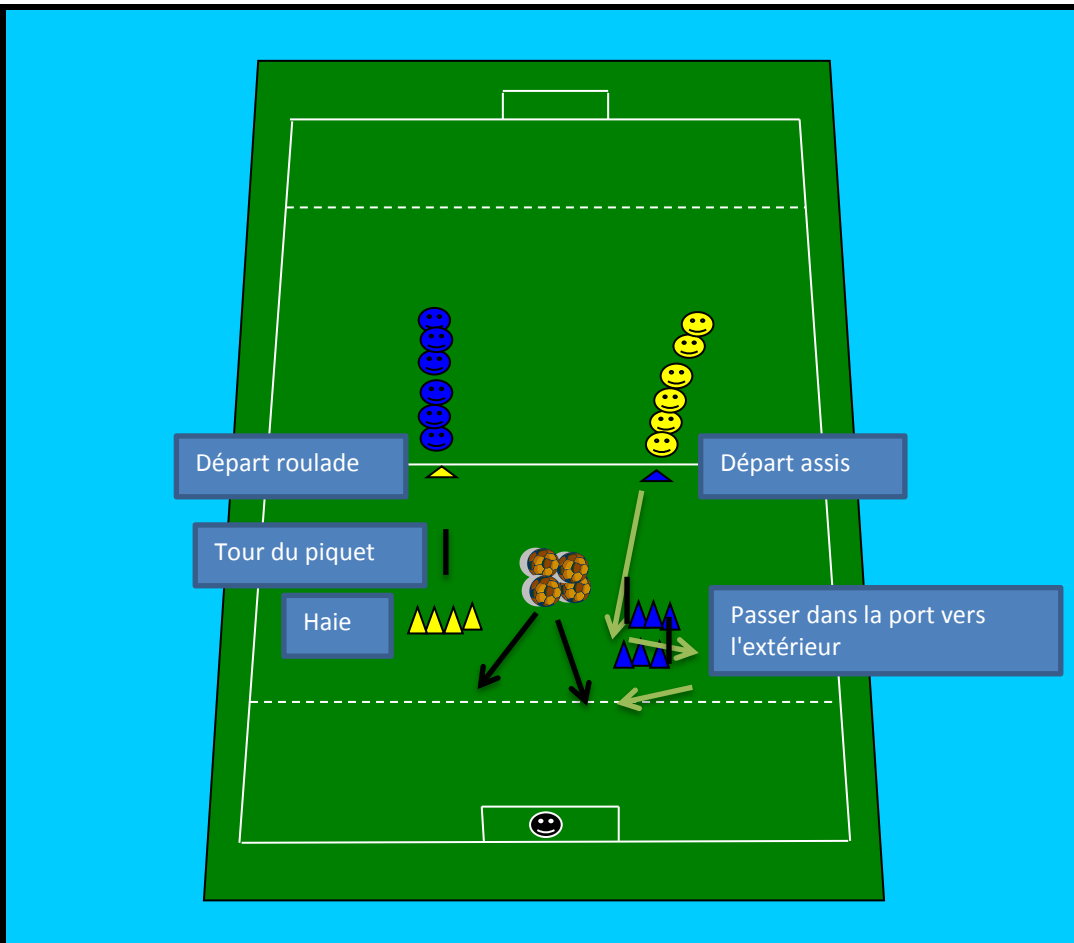
2 groupes. **BLEU** : départ sur une roulade avant puis tour du piquet (épaules toujours face au but) puis saut par-dessus la haie (plots).

**JAUNE** : départ assis mains en l'air puis passage dans la porte (vers l'extérieur). Sur les 2 exercices : reception du ballon dans la course (2 touches de balle max. - contrôle vers le but + frappe).

- Facile
- 1
  - 2
  - 3
  - 4
  - 5
  - 6
  - 7
  - 8
  - 9
  - 10
- Difficile

**CRITERES DE REUSSITE**

Réalisé par Yoan LEJEUNE et publié par

ORGANISATION	
Surface	
Larg.	
Long.	
Diam.	
Matériel	
But	
Piquet	1
Barre	
▲ (blue)	6
▲ (white)	
▲ (red)	
▲ (yellow)	4
○ (blue)	
○ (green)	
○ (red)	
○ (yellow)	
▲ (blue)	1
▲ (white)	
▲ (red)	
▲ (yellow)	1
⚽	12
▲ (blue)	
▲ (white)	
▲ (red)	
▲ (yellow)	
Effectif	
😊 (white)	1
😊 (blue)	6
😊 (white)	
😊 (red)	
😊 (yellow)	6

**CONSEILS**

*Observations personnelles*