



FEUILLE DE DEROULEMENT DU PLATEAU DES U11F

<u>LIEU :</u>	PHASE 1		<u>DATE:</u>
---------------	----------------	--	--------------

NE PAS OUBLIER D'EFFECTUER LE DEFI EN DEBUT DE PLATEAU

1 défi + 4 matchs de 10 minutes

1er MATCH	2ème MATCH	3ème MATCH	4ème MATCH
A CONTRE F	A CONTRE C	A CONTRE E	A CONTRE B
.....SCORE.....SCORE.....SCORE.....SCORE.....
B CONTRE C	D CONTRE F	B CONTRE D	C CONTRE D
.....SCORE.....SCORE.....SCORE.....SCORE.....
D CONTRE E	B CONTRE E	C CONTRE F	E CONTRE F
.....SCORE.....SCORE.....SCORE.....SCORE.....

SIGNATURE DES RESPONSABLES D'EQUIPE:

rappel des lois du jeu:

_dimension du terrain : 40X30m

_taille du ballon : taille 4

_but de 1,80X4m

_effectif de 5 joueuses + 2 remplaçantes

_le temps de pratique ne doit pas excéder 50 minutes

_Pas de hors jeu

_tous les coups francs sont directs et toutes fautes commises dans la surface de réparation sera sanctionnées d'un pénalty

_ relance protégée de la gardienne:

_la gardienne a interdiction de dégager le ballon de volée

_ l'adversaire doit se replacer (sortir de la surface adverse)

_la rentrée de touche se fait au pied. Soit par **une passe au sol**. Soit en **conduite de balle**. Interdiction de marquer directement