



Jour de Coupe U11



Date : _____

FEUILLE EFFECTIF et JONGLAGES

CLUB : _____

N°	NOM-PRENOM	N° LICENCE	JONGLAGES				Meilleure perf. T1 + meilleure perf. T2
			Thème 1		Thème 2		
			1 ^{er} essai	2 ^{ème} essai	1 ^{er} essai	2 ^{ème} essai	
Educateur							
Dirigeant							
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
RAPPEL JONGLERIE * 1 ^{er} Tour : 40 Pied Fort + 10 Pied Faible * 2 ^{ème} Tour : 40 Pied Fort + 10 Tête * 3 ^{ème} Tour : 40 Pied Fort + 20 Pied Faible * 2 essais par thème * Départ au sol (possibilité de lever le ballon pied fort pour le pied faible * une reprise d'appui entre chaque jonglage * Pas de surfaces de rattrapages		Total des 8 meilleures performances					
		Total des 9 meilleures performances					
		Total des 10 meilleures performances					
		Total des 11 meilleures performances					
		Total des 12 meilleures performances					