

U12

U13

COUPE CÔTE D'OPALE U12-U13

SAISON 2026-2027



RÈGLEMENT DÉFI JONGLERIE



U12-U13 / Garçons et Filles
Saison 2026-2027



Organisation :

- Pour le bon fonctionnement du Défi, chaque équipe devra venir au minimum avec 4 ballons
- Les joueur(se)s de chaque équipe se range dans l'ordre du meilleur jongleur(se) au moins bon. Les duos formés se serrent la main et échantent leur prénom, ils partent ensuite pour le Défi.
- L'éducateur lance le chrono en même temps pour tout le monde.
- Chaque joueur aura 2 essais d'1 minute. Ils peuvent démarrer ballon à la main ou ballon au sol.
- Surfaces de contact autorisées : Pieds, genoux et poitrine
- La **tête** est **interdite** !!!
- Le pied de frappe doit toucher le sol entre chaque contact avec le ballon. Le joueur doit réaliser le plus de jonglages possibles. Si son ballon tombe, il reprend le comptage là où il était arrivé (Ex : 1, 2, 3, 4, le ballon tombe, il le reprend, 5, 6, 7, etc... pendant 1 minute.
- Une fois que tous les joueur(se)s ont réalisé leurs 2 essais, ils se remettent en colonne par duo, et celles/ceux qui ont remporté leur Défi lèvent le bras. L'éducateur compte les points.
- **Pour la Coupe, et uniquement pour la Coupe**, tout le monde réalise le défi, mais pour le résultat final, on ne prend que les 9 premiers duels. En cas d'égalité, on prend le résultat du 10^{ème} duel, et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il y ait une équipe vainqueur.
- Le Défi Jonglerie dure entre 10 et 15 minutes.



Vidéo explicative : <https://youtu.be/PEP2IIXUyWg>