



# Relais 5



## MISE EN PLACE - ORGANISATION

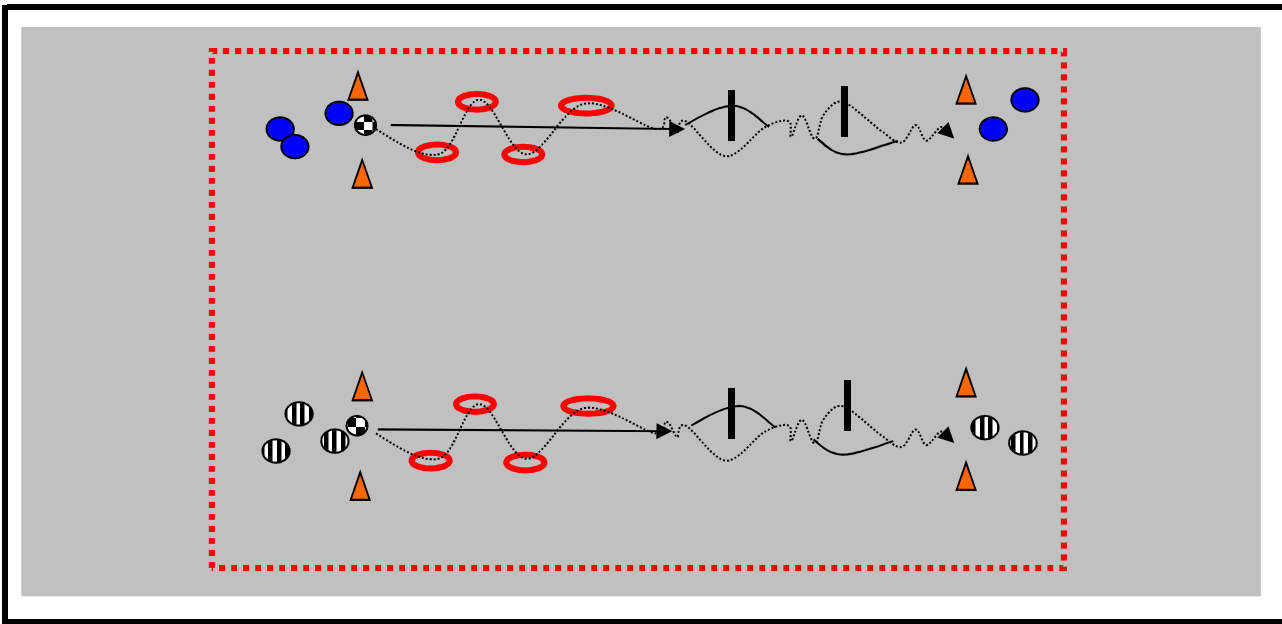
**Caractérist.:** 2 équipes

**Période de mise en place** Mars-Avril

**Règles:** Le premier de chaque équipe part balle au pied. Fais rouler le ballon au milieu des cerceaux et le récupère après avoir mis le pied gauche dans le cerceau de gauche et le pied droit dans le cerceau de droit. Balle au pied, il réalise deux grands ponts et fais une passe à son partenaire, qui réalise le parcours dans le sens inverse. Le relais se finit quand les joueurs ont repris leur place de départ.

**Objectif** Coordination  
Conduite de balle

**Remarque** Il est préférable pour un bon apprentissage, que les joueurs réalisent le relais tranquillement avant de compter les points entre les deux équipes. Faire passer le joueurs deux ou trois fois sans pression de compétition.



Organisation	
Surface	
Long	
Larg	
Diam	
Matériel	
	4
	8
	8
	2
Effectif	

<u>OBSERVATIONS</u>	<u>Réservé à l'éducateur</u>

