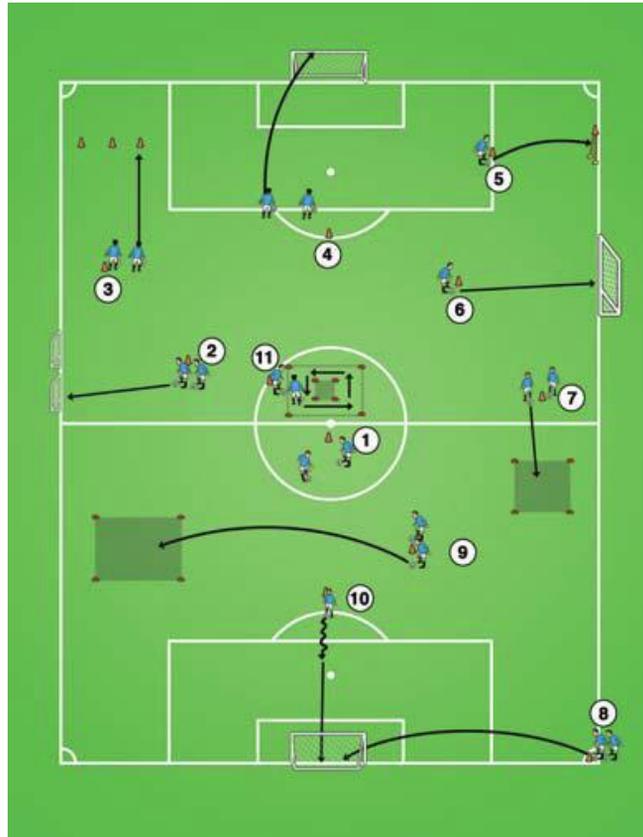


Vestiaires

Premier magazine consacré aux éducateurs de football

«Le foot golf»



Au moins 12 joueurs. Ces derniers ont 15 minutes pour effectuer l'ensemble du parcours. Un atelier réussi = on passe au suivant. Les 3 derniers sur le parcours au terme des 15 minutes ramasseront le matériel. Les 3 premiers désigneront chacun un joueur supplémentaire pour ramasser le matériel. Aucun joueur ne doit être à l'arrêt.

Atelier 1 : 50 jongles pied fort.

Atelier 2 : Marquer dans le mini but.

Atelier 3 : Faire tomber un cône.

Atelier 4 : Toucher la barre transversale.

Atelier 5 : Toucher un des deux cône posés sur un jalon.

Atelier 6 : Marquer en touchant le filet sans que le ballon touche le sol.

Atelier 7 : Sur une passe, faire stopper le ballon dans le carré.

Atelier 8 : Corner rentrant (choisir son côté).

Atelier 9 : En passe longue, le ballon doit tomber dans le carré.

Atelier 10 : Jonglage en mouvement et reprise de volée (le ballon ne doit pas rebondir avant la ligne de but)

Atelier 11 : En 4 passes, faire le tour du carré sans entrer à l'intérieur de celui-ci ni sortir du "grand" carré.