**MINI FOOT COOPÉTITIF**

|  |  |
| --- | --- |
| **COUP DE POUCE** | **COUP DE POUCE** |
| Le porteur de balle de votre équipe peut entrer dans la zone interdite. | Si un joueur de votre équipe met le pied sur le ballon, tous nos joueurs doivent se situer à 2 mètres. |
| **COUP DE POUCE** | **COUP DE POUCE** |
| On agrandit la taille de notre but. | Votre équipe choisit un de nos joueurs qui n’a pas le droit de défendre, il s’accroupit sur le terrain quand vous avez la balle. |

**MINI FOOT COOPÉTITIF**

|  |  |
| --- | --- |
| **COUP DE FREIN** | **COUP DE FREIN** |
| Chaque joueur de notre équipe a 3 touches de balle maximum | Le porteur de balle de notre équipe ne peut pas avancer quand il a la balle. |
| **COUP DE FREIN** | **COUP DE FREIN** |
| Le joueur de notre équipe qui vient de marquer un but ne peut pas marquer à nouveau.  | Votre équipe choisit un de nos joueurs qui devient immobile sur le terrain (il joue sans se déplacer). |

**ULTIMATE COOPETITIF**

|  |  |
| --- | --- |
| **COUP DE POUCE** | **COUP DE POUCE** |
| Le frisbee peut tomber au sol une fois et vous gardez la possession du frisbee. | Votre prochain point compte double. |
| **COUP DE POUCE** | **COUP DE POUCE** |
| Le frisbee uniquement touché dans l’en-but vous permet de marquer un point. | Un de nos joueurs n’a pas le droit de défendre, il s’accroupit sur le terrain quand vous avez le frisbee. |

**ULTIMATE COOPETITIF**

|  |  |
| --- | --- |
| **COUP DE FREIN** | **COUP DE FREIN** |
| Nous ne pouvons lancer le frisbee que vers l’avant. | Tous les joueurs de notre équipe doivent avoir toucher le frisbee avant de marquer. |
| **COUP DE FREIN** | **COUP DE FREIN** |
| Notre joueur qui vient de rattraper le frisbee dans l’en-but ne peut pas marquer à nouveau.  | Un joueur de notre équipe sort du terrain. |

**MAXI PUISSANCE 4 COOPÉTITIF**

|  |  |
| --- | --- |
| **COUP DE POUCE** | **COUP DE POUCE** |
| Vous rapprochez le plot de départ de votre équipe. | Vous marquez 2 points si vous alignez vos 4 ballons. |
| **COUP DE POUCE** | **COUP DE POUCE** |
| Vous n’avez pas besoin de passer par la porte centrale. | Vous pouvez stopper le ballon dans un cerceau avec les mains. |

**MAXI PUISSANCE 4 COOPÉTITIF**

|  |  |
| --- | --- |
| **COUP DE FREIN** | **COUP DE FREIN** |
| Nous reculons le plot de départ de notre équipe. | Nous devons contourner un cône avant d’aller stopper le ballon dans un cerceau. |
| **COUP DE FREIN** | **COUP DE FREIN** |
| Nous retardons de 2 secondes le départ de notre joueur avec le ballon. | Nous conduisons la balle avec notre mauvais pied. |