



**GOLF
FOOT**

Challenge Loisir

-
Jeu & Equilibre

GOLF FOOT

U9 à Vétérans : Garçons et Filles



U9 à Vétérans : Garçons et Filles



DESCRIPTION: [Golffoot en images](#)

La pratique du Golf Foot consiste à envoyer, avec des frappes du pied, un ballon de Football pour atteindre une cible, avec le moins de frappes possibles ou le moins de temps possible.
Il se pratique en individuel ou par équipe.

MATERIEL:

- 1 terrain Football à 11
- Ballons T4 ou T5 (selon l'âge)
- 9 cibles (ou cerceaux) + drapeaux ou constris
- Les installer selon la catégorie : [voir fiches Parcours](#)
- Fiche de score et classement final: [voir fiches résultats](#)

Les parcours en images:

[Fiches pédagogiques](#)

REGLES:

- Parcours par équipe : 1 ballon pour 2 joueurs qui frappent en alternance
- Parcours par catégories (voir fiches) en un minimum de frappes cumulées pour atteindre la cible
- Départ de la cible à la coupelle
- Ballon arrêté au moment de la frappe
- Pour le coup suivant, il faut frapper le ballon de l'endroit où il s'est arrêté
- Additionner le nombre de frappes pour chaque cible
- L'équipe qui gagne est celle qui aura réalisé le parcours en moins de frappes

QUELQUES CONSEILS :

- Réaliser un bon échauffement à base de passes courtes et de frappes progressives
- Aborder chaque frappe avec concentration, sans se précipiter
- Visualiser la cible et marquer l'appui une ou deux fois sans frapper
- Par équipe, communiquer avec son partenaire pour le bon choix/la bonne stratégie.



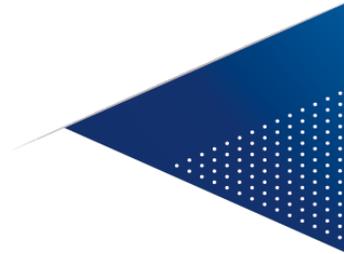
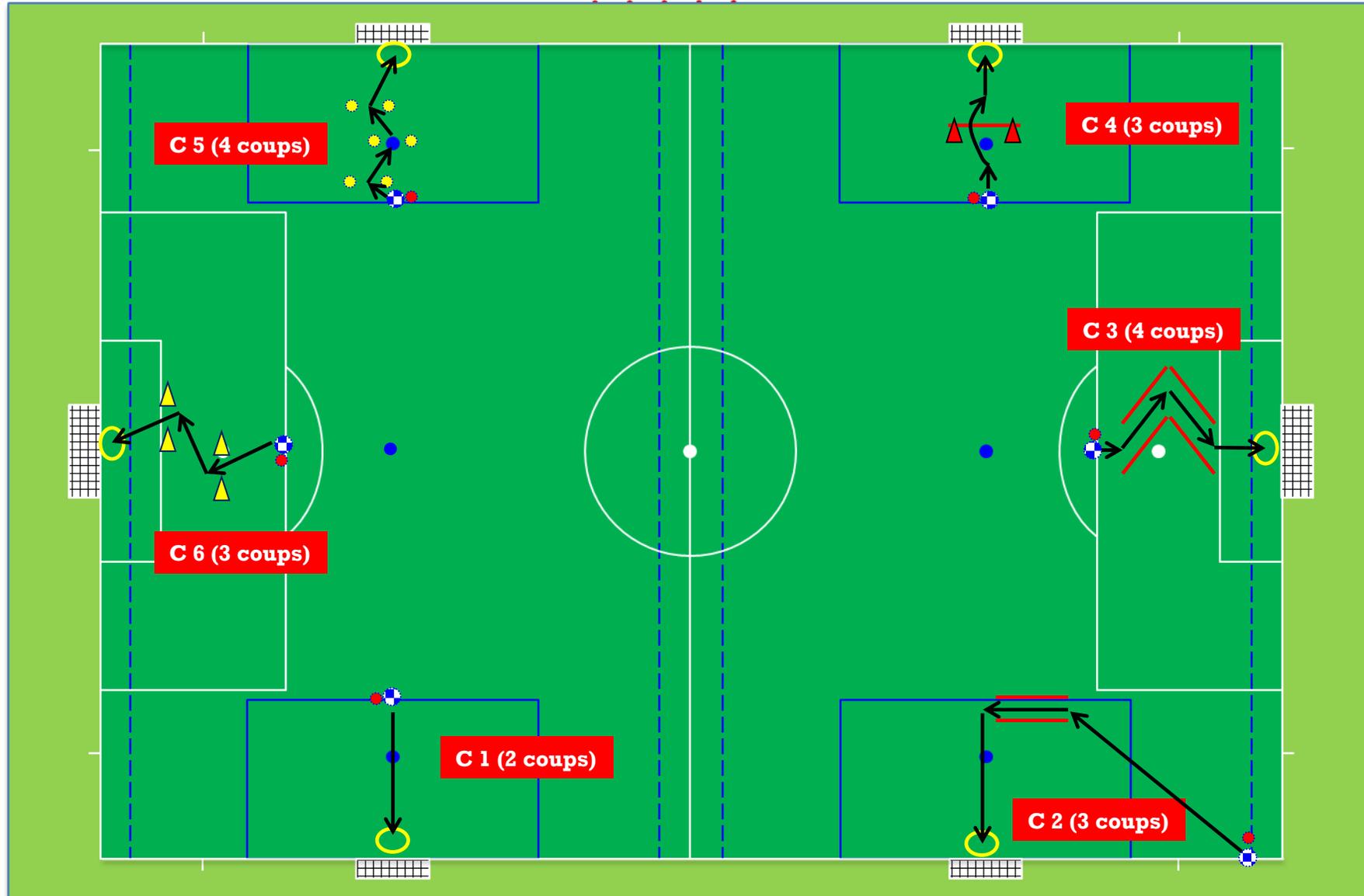
« Et surtout.....AMUSEZ-VOUS !! »





Parcours U9 (6 cibles)

Franchissement de la limite du terrain de jeu à 11 = 1 point de pénalité

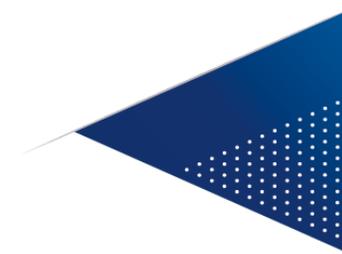




Déroulement parcours U9



CIBLE	PARCOURS U9 (6 cibles)
C1	Atteindre (C1)
C2	Atteindre (C2) passer entre les barres espacées de (1m)
C3	Atteindre (C3) passer entre les barres espacées de (1m)
C4	Atteindre (C4) franchir l'obstacle (par-dessus)
C5	Atteindre (C5) passer les portes espacées de (1m)
C6	Atteindre (C6) passer les portes espacées de (1m)
Franchissement de la limite du terrain de jeu à 11 = 1 point de pénalité	

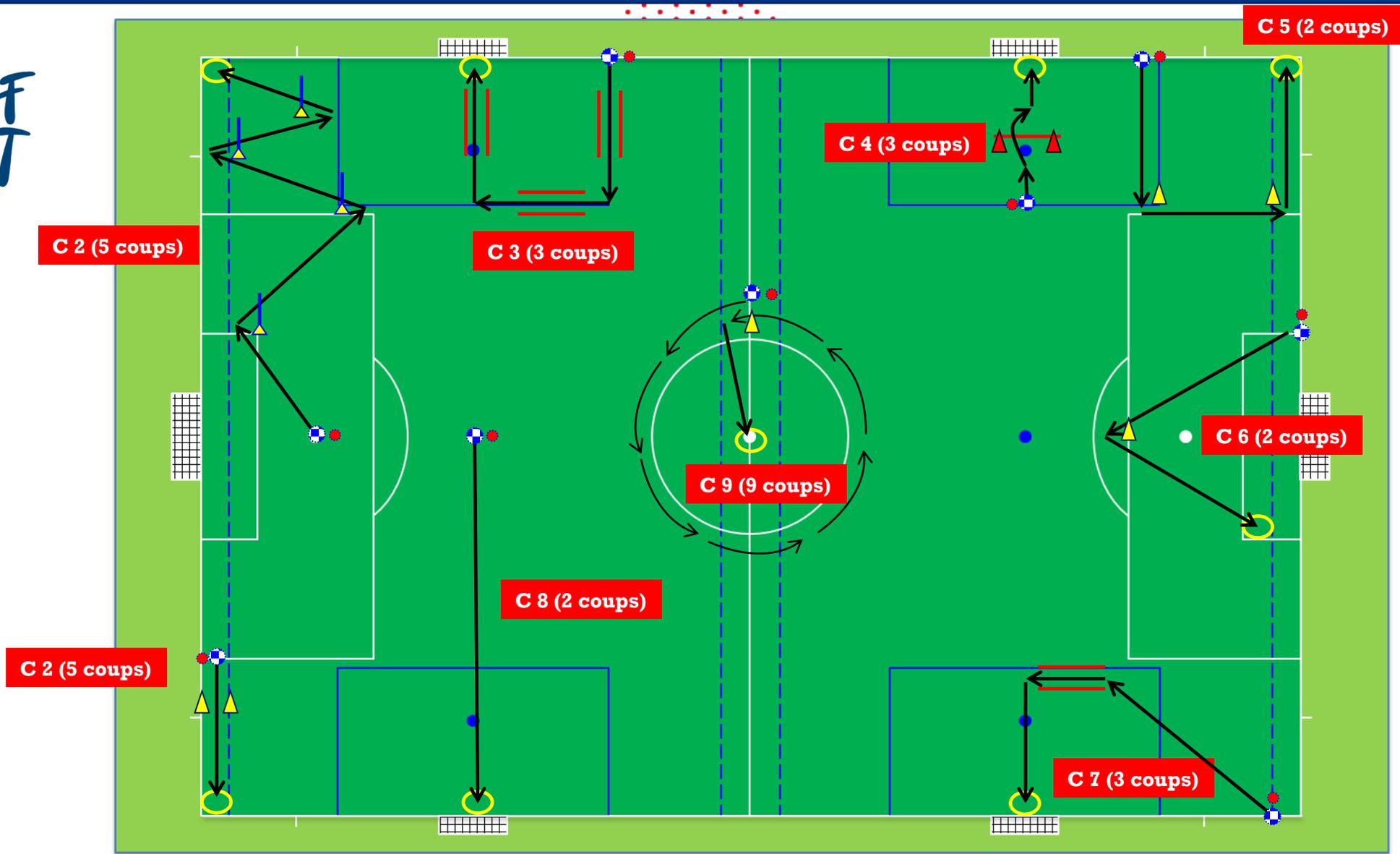




Parcours U11 (9 cibles)

Franchissement de la limite du terrain de jeu à 11 = 1 point de pénalité

GOLF FOOT

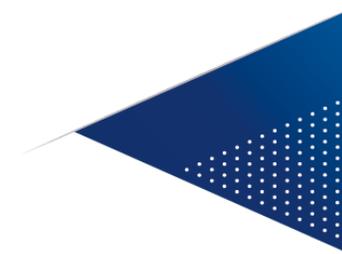




Déroulement parcours U11



CIBLE	PARCOURS U11 (9 cibles)
C1	Atteindre (C1) en passant entre les 2 plots espacées de (1m)
C2	Atteindre (C2) en contournant les piquets
C3	Atteindre (C3), passer entre les barres espacées de (1m)
C4	Atteindre (C4) franchir l'obstacle (par-dessus)
C5	Atteindre (C5) en passant derrière les plots
C6	Atteindre (C6) contourner le plot sans que le ballon ne sorte de l'arc
C7	Atteindre (C7) passer entre les barres espacées de (1m)
C8	Atteindre C8
C9	Atteindre (C9) faire le tour du rond central sans franchir la limite, contourner le plot pour franchir la ligne et atteindre la cible. Libre choix du sens de rotation
	Franchissement de la limite du terrain de jeu à 11 = 1 point de pénalité

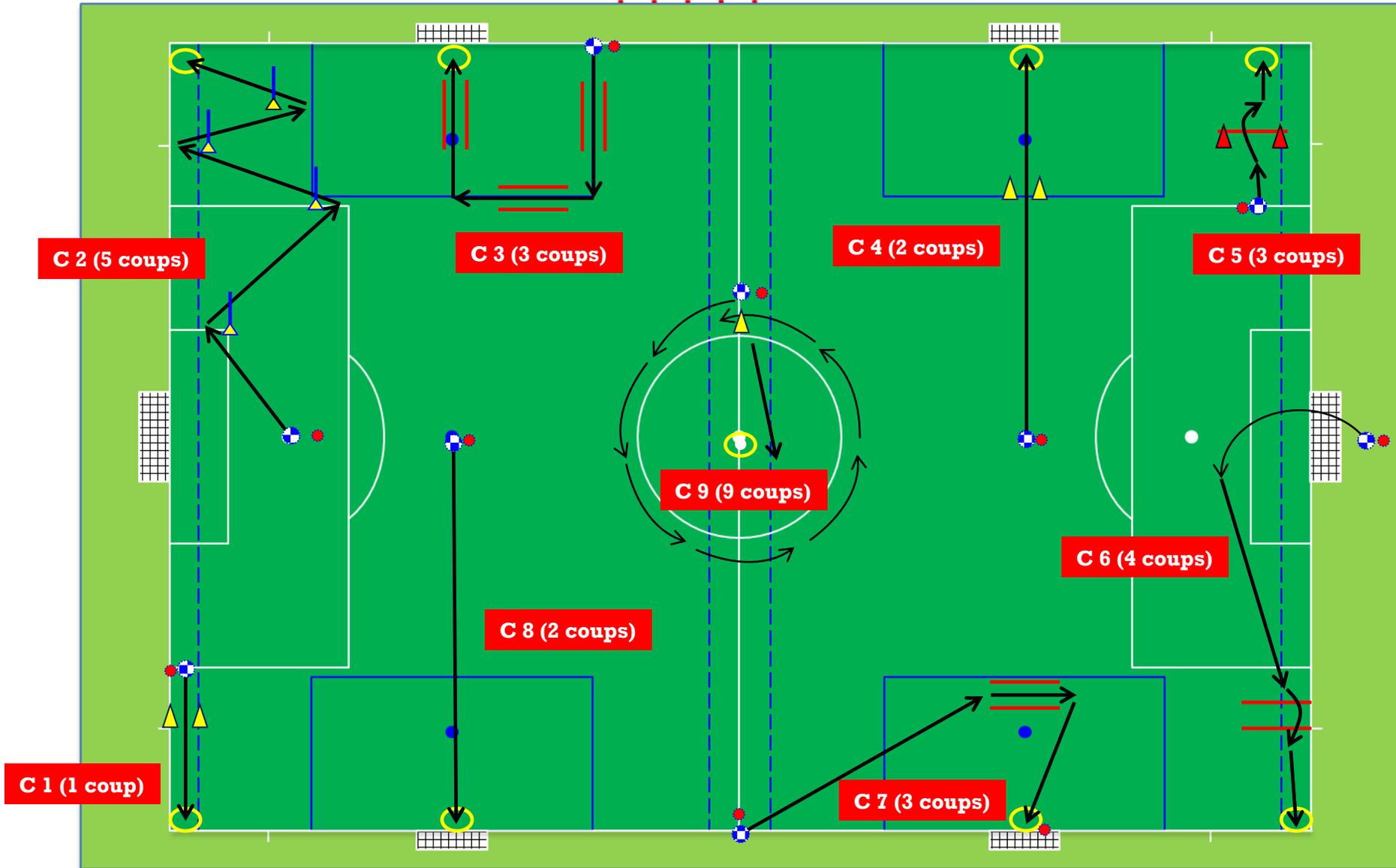
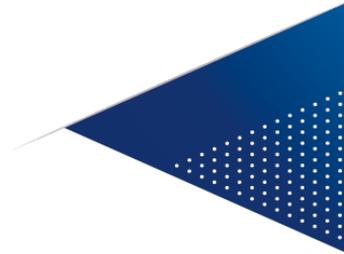




Parcours U13 et foot à 11 (9 cibles, 2 tours)

Franchissement de la limite du terrain de jeu à 11 = 1 point de pénalité

GOLF FOOT

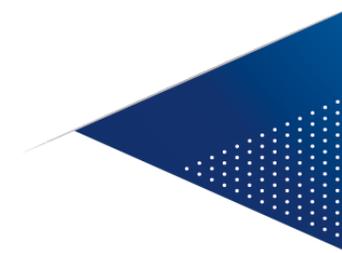




Déroulement parcours U13 et foot à 11 (2 tours)



CIBLE	PARCOURS U13 et foot à 11 (9 cibles, 2 tours)
C1	Atteindre (C1) en passant entre les 2 plots espacées de (1m)
C2	Atteindre (C2) en contournant les piquets
C3	Atteindre (C3) passer entre les barres espacées de (1m)
C4	Atteindre (C4) en passant entre les 2 plots espacées de (1m)
C5	Atteindre (C5) franchir l'obstacle (par-dessus)
C6	Atteindre (C6) passer par-dessus le but sans que le ballon ne sorte des 16,50m, franchir les 2 barres espacées de 1,50m
C7	Atteindre (C7) passer entre les barres espacées de (1m)
C8	Atteindre (C8)
C9	Atteindre (C9) faire le tour du rond central sans franchir la limite, contourner le plot pour franchir la ligne et atteindre la cible. Libre choix du sens de rotation
	Franchissement de la limite du terrain de jeu à 11 = 1 point de pénalité



GOLF
FOOT





Fiche résultats par équipe



CLUB:

CATEGORIE *	U9	U11	U13	U14
	U14	U16	U18	Seniors
	Autre:			

Garçons	Filles	Mixte
---------	--------	-------

**Cochez les cases correspondantes*

EQUIPE N°	Joueur1:
	Joueur2:



N° Cible	Nombre de frappes	
	Tour1	Tour2
C1		
C2		
C3		
C4		
C5		
C6		
C7		
C8		
C9		



TOTAL

--	--



Fiche résultats par équipe



CLUB:

CATEGORIE *	U9	U11	U13	U14
	U14	U16	U18	Seniors
	Autre:			

Garçons	Filles	Mixte
---------	--------	-------

**Cochez les cases correspondantes*

EQUIPE N°	Joueur1:
	Joueur2:



N° Cible	Nombre de frappes	
	Tour1	Tour2
C1		
C2		
C3		
C4		
C5		
C6		
C7		
C8		
C9		

TOTAL

--	--





Fiche résultat club – Classement Final



CLUB:

CATEGORIE *	U9	U11	U13	U14
	U14	U16	U18	Seniors
	Autre:			

Garçons	Filles	Mixte
---------	--------	-------

**Cochez les cases correspondantes*



	Equipe: Nom/Prénom des joueurs	Meilleur Total
1		
2		
3		
4		
5		
6		

	Equipe: Nom/Prénom des joueurs	Meilleur Total
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

