

M11

Winner

MATERIEL NECESSAIRE

- | | |
|-----------|---------------------------|
| - ballon | Ballon M11 |
| - terrain | 4x50x4.50 (filet: 2.00 m) |

**PRINCIPE DE L'EXERCICE**

2 contre 2 avec 3 touches de balle.

**MISE EN PLACE DE L'EXERCICE****DEROULEMENT**Le service

Se fait des 4,50 m par un ballon frappé avec 2ème chance frappé. Pas de let

La réception et le renvoi :

3 touches de balle. Autorisation de la manchette pour la 1^{er} touche de balle.

Le jeu sans ballon :

Remplacement base des 2 joueurs

Pour marquer le point :

je gagne un point quand le ballon touche le sol à l'intérieur du terrain adverse.

Je gagne un point quand l'adversaire n'arrive pas à renvoyer le ballon (ballon out)