

Le Ball Bouncer

Règles de base : terrain de footsalle

- 6 joueurs sur le terrain, gardien compris.
- Le gardien peut arrêter la balle avec les mains, les pieds et le bouncer. Il relance à la main ou avec le bouncer quand celle-ci est captée.
- Les autres joueurs jouent uniquement avec le bouncer (faire rebondir la balle sur le bouncer, la faire rebondir au sol, la faire rouler, shooter ras du sol, en l'air mais avec précaution des autres joueurs autour >> fautes). Quand un joueur a la balle et qu'il fait une passe ou un shoot alors qu'un adversaire est proche, crosse pas plus haut que le genou.

Le Ball bouncer se joue selon trois règles fondamentales :

- pas de contact physique entre les joueurs.
- tous les tirs doivent être effectués avec le bouncer.
- seul le gardien peut toucher la balle avec le corps.

Un point est marqué si la balle entre dans la but, si à la fin du temps de match le score est identique le match est déclaré nul.

Les autres caractéristiques du Ball bouncer sont :

- la crosse ne doit pas être levé plus haut que les genoux quand un adversaire est proche.
- les joueurs peuvent progresser en passes, dribbles et aériens.

Echauffement et jeu :

1/ Les deux équipes font un parcours relais, dès qu'un joueur termine son parcours il se place en bout de file et ainsi de suite.

2/ Les deux équipes s'affrontent lors du jeu du bérêt. Le but est d'aller chercher la balle le plus vite possible et de la ramener avec le bouncer.

3/ Tout autre jeu et exercice semblables au Unihoc.