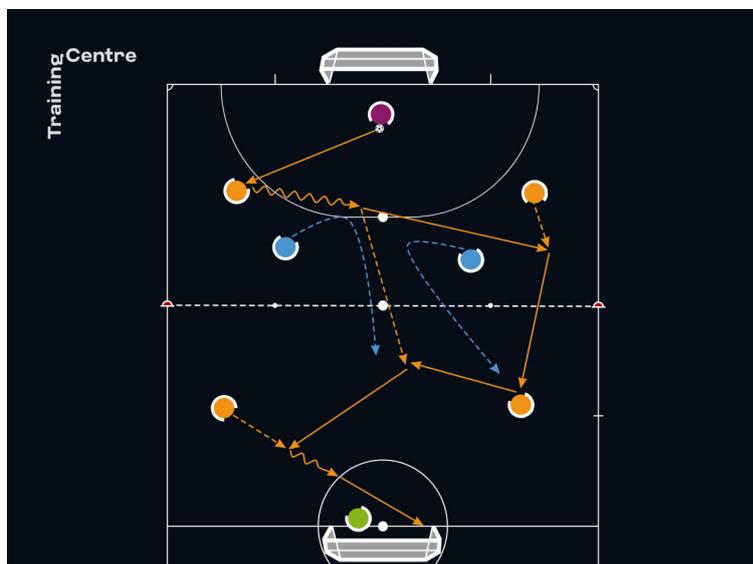


Systeme en 2-2: Duels



Organisation

- Utiliser une seule moitié de terrain.
- Placer un but à chaque extrémité de la zone de jeu.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Diviser la zone de jeu en deux.
- Désigner quatre attaquants et quatre défenseurs.
- Placer deux défenseurs dans chaque moitié de terrain.
- Placer deux défenseurs dans la moitié de terrain de l'équipe qui attaque et les deux autres en dehors du terrain (à côté de leur but).

Explication

- Le jeu commence par une relance du gardien de l'équipe qui attaque vers un coéquipier situé dans sa moitié de terrain.
- Lorsque l'équipe qui attaque franchit la ligne médiane, un des attaquants et les deux défenseurs peuvent entrer dans la moitié de terrain de l'équipe qui défend.
- L'équipe qui attaque ne peut marquer que depuis la moitié de terrain adverse.
- Si l'équipe qui défend récupère la balle ou si son adversaire inscrit un but, les équipes inversent les rôles. Deux attaquants quittent le terrain et sont remplacés par deux joueurs de l'équipe qui défend pour recréer un 4 contre 2.

Variante

- Organiser un 4 contre 4, avec un 2 contre 2 dans la moitié de terrain de l'équipe qui défend.

Éléments techniques

- Les joueurs doivent exploiter la largeur et la profondeur du terrain pour profiter pleinement du système en 2-2..