***FCLA AT HOME***

***Les défis de la semaine 2***

***U11/13/13F/15F :***

***Travail continu sur la jonglerie***

Défis ***BRONZE - :*** Réussir 5 jongles

Défis ***BRONZE :*** Réussir 10 Jongles

Défis ***Bronze +*** : Réussir de 20 Jongles

Défis ***Argent :*** Réussir 30 Jongles

Défis ***Argent +*** : Réussir 40 Jongles

Défis ***Or :*** Réussir 50 Jongles

Défis ***Or + :*** Réussir 60 Jongles

Défis ***Diamant :*** Réussir 70 Jongles

Défis ***Diamant + :*** Réussir 80 Jongles

Défis ***Maître du jonglage*** : réussir 120 Jongles départ ballon au pied

***Défis spécifique n° 1***

**Bronze** Faire deux jongle puis tiers dans un but sans que le ballon ne touche le sol

**Argent** Jongler sur 10 mètres sans faire tomber le ballon

Or Jongler sur 15 mètres puis tirer dans un but sans que le ballon ne touche par terre

***N’oubliez pas d’envoyer des photos ou des vidéos de vos essais ou de vos réussites aux défis afin que nous puissions réaliser un montage vidéo final, peu de vidéos reçu pour la semaine 1.***