

« Challenge 100 % Ornais »



Afin de garder la forme dans le contexte actuel, le District de l'Orne de Football vous propose tous les jours des défis à relever de chez vous et un challenge vidéo ou photo par semaine.

Continuez votre passion !

Jedi 09 Avril 2020 #13

DEFI TECHNIQUE : Jonglerie en mouvement

- Niveau 1 : Réaliser un slalom en jonglerie
- Niveau 2 : Idem que le niveau 1, puis réaliser un sombrero au-dessus d'une poubelle et récupérer le ballon pour continuer le slalom
- Niveau 3 : Idem que le niveau 2, puis réaliser un geste technique entre chaque slalom (tour du monde)
- Niveau 4 : Inventer son parcours et imaginer un geste technique à la sortie de chaque slalom


➤ Vidéo de démonstration à voir sur Facebook réalisée par Dylan CLEMENT Service civique appartenant ESP CONDE SUR SARTHE et Elisa MONIN Apprentie BPJEPS. A vous de défier Dylan et Elisa, vous pouvez nous envoyer vos vidéos.

DEFI GARDIEN DE BUT sur la semaine : Jonglerie/ relance

- Niveau 1 : 5 m de jonglerie au-dessus de sa tête en utilisant ses 2 mains puis réaliser une relance aérienne (bras roulé) depuis la zone directement dans la poubelle
- Niveau 2 : Pour réaliser la relance aérienne, il faut effectuer un tour complet dans la zone se trouvant à 6 m de la poubelle.

➤ Vidéo de démonstration à voir sur Facebook réalisée par Florent JIQUEL CTR Ome/Manche. A vous de défier Florent, vous pouvez nous envoyer vos vidéos

DEFI Match spécial : Résultat du 07 avril :

départ départ t	Donne le nom de sa capitale.	Donne le nom d'un club professionnel.	Comment s'appellent les habitants de ce pays ?	Donne le nom d'une joueuse ou d'un joueur de l'équipe nationale.	Dessine son drapeau ou quelles en sont ses couleurs ?	Quelle est la couleur principale du maillot de l'équipe nationale ?	 Recule de 2 cases
-----------------------	------------------------------	---------------------------------------	--	--	---	---	--





Jeu Géo/Foot

Matériel : 1 dé, le plateau de jeu.

Déroulement :

- Chaque joueur doit lancer le dé 2 fois. Le 1^{er} lancer permet au joueur de se déplacer du nombre de cases indiquées par le dé. Le 2^{ème} lancer permet de connaître le auquel correspond la question posée (le nombre sur le dé correspond à l'un des pays d'Europe sur la carte.
- En cas de bonne réponse à la question, le joueur relance les dés et répond à nouveau à une question.
- S'il n'y a pas de réponse ou bien si celle-ci n'est pas correcte, le joueur doit rester sur la même case.
- Le gagnant est celui qui arrive le 1^{er}.



arrivée 	Donne le nom d'une joueuse ou d'un joueur de l'équipe nationale.	Quelle est la couleur principale du maillot de l'équipe nationale ?	Donne le nom d'un club professionnel.	Donne le nom d'une joueuse ou d'un joueur d'un club professionnel.	 Avance de 1 case	Comment s'appellent les habitants de ce pays ?	Dessine son drapeau ou quelles en sont ses couleurs ?	Quelle langue parle-t-on ?	Donne le nom d'une joueuse ou d'un joueur de l'équipe nationale.
 Recule de 2 cases	Quelle est la couleur principale du maillot de l'équipe nationale ?	Donne le nom d'un club professionnel.	Donne le nom d'une joueuse ou d'un joueur d'un club professionnel.	 Avance de 1 case	Comment s'appellent les habitants de ce pays ?	Dessine son drapeau ou quelles en sont ses couleurs ?	Quelle langue parle-t-on ?	Donne le nom d'une joueuse ou d'un joueur de l'équipe nationale.	

« Challenge 100 % Ornaïs »

Semaine du 06 au 12 Avril 2020 #3

Le district de l'Orne de Football vous propose de participer au concours photo : « Foot en Folie », dédié seulement aux licenciés Ornaïs.

Afin de valider votre participation il suffira d'envoyer votre photo avec votre nom, prénom, club et votre catégorie (ex U9) sur la page Facebook du District de l'Orne de Football ou sur la boîte mail d'Amelie LETEINTURIER (aleteinturier@footorne.fff.fr). Avant le dimanche 12 Avril 2020.

Un jury se réunira en Visio conférence pour établir les heureux gagnants du défi.

On compte sur votre participation !

Concours photo " Foot en Folie "



1. Il vous suffit de vous photographier ou de choisir une photo déjà existante de vous.
2. La photo doit avoir obligatoirement un accessoire ou un vêtement en lien avec le football, on compte sur vous pour faire place à " l'originalité". (Ex : en action, à l'échauffement, célébration d'un but, de moment de joie collective, geste technique...).
3. Votre image doit être accompagnée d'une courte légende (maximum 3 lignes).
4. Envoyer votre photo avec votre nom, prénom, club et votre catégorie (ex U9) sur la page Facebook du District de l'Orne de Football ou à l'adresse mail suivante aleteinturier@footorne.fff.fr. Avant le dimanche 12 Avril 2020.