

## Nombre de joueurs



de 5 à 12 joueurs

## Temps de jeu

Match simple :



Mi-temps : 5 min

Triangulaire :



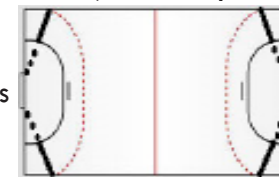
Application tiers-temps 1 et 2

Mi-temps : 5 min

Temps entre 2 matches : 10 min



- Obligation d'utiliser **au moins 2 gardiens** de but différents sur les 3 tiers-temps.
- Le gardien de but désigné sur une période doit évoluer durant toute la période (hormis pour cause de blessure).
- Aire de jeu : Pour les 3 tiers-temps



**Traçage de la zone au coin des pointillés des 9 mètres (alignement avec les poteaux) (voir schéma)**

## 1<sup>er</sup> tiers-temps et 2<sup>e</sup> tiers-temps

⇒ Défense homme à homme tout terrain (avec changement d'adversaire si besoin) qui cherche à récupérer la balle



5 joueurs + 1 gardien

Engagement du GB (adversaire en dehors des 9m)

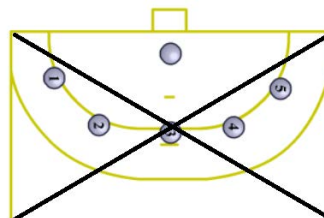
## 3<sup>e</sup> tiers-temps

⇒ Défense étagée avec au moins 2 défenseurs en dehors des 9m



5 joueurs + 1 gardien

Engagement du milieu de terrain

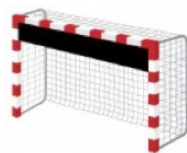


**Défense stricte** sur un ou plusieurs joueurs **interdite** : le défenseur ne doit pas avoir une

- intention portée uniquement sur l'interdiction de la réception de la balle à son adversaire et de ses déplacements.
- Les **changements de joueurs** entre les phases d'attaque et de défense sont **interdits** : il n'est donc pas possible d'utiliser un ou plusieurs joueurs uniquement en attaque ou uniquement en défense.
- **Mixité** : Dans le cas des équipes masculines, il est possible d'inscrire **3 filles maximum** sur la feuille de match électronique (FDME) après accord de la COC 21 (5221000@ffhandball.net) et si le club n'a pas de U11 féminine.

**3xTM**

1 par tiers temps



Taille 0

