

Evolution de la pratique U11 saison 2025/2026

Appellation	Découverte et Promotion (petit effectif)	En avant vers le U13 (Championnat féminin et championnat masculin)
Effectif	Phase 1 : 4+1 (jusqu'à décembre) Phase 2 : 5 +1 (janvier à mai)	Période 1 et 2 : 5+1 Période 3 : 6+1
Terrain	Phase 1 : Basket et zone de hand Phase 2 : grand terrain	40/20
Cage	Grande cage	
Réducteur	oui	
Temps de jeu	3x12	2x12 et 1x15
Mixité	Oui (Uniquement pour les petits effectifs exemple équipe avec 4 filles et 2 garçons ou inverse) Si votre équipe à plus de 5 joueuses obligation d'évoluer dans le championnat féminin. La règle est la même pour les masculins.	Non
temps mort	1 par période	
Engagement	Période 1 : de la cage Période 2 et 3 : Au centre	Au centre
Mi-temps	5 minutes pas de retour au vestiaire	
Goal volant	Oui	
Action défensive	toucher de face sans blocage (éviter le ceinturage)	Toucher de face sans blocage Dans les 9 neutralisation autorisée (éviter le ceinturage)
règles techniques	Période 1 : défense tout terrain Période 2 et 3 : demi-terrain	Période 1 : homme à homme tout terrain Période 2 : homme à homme ½ terrain Période 3 : Défense 3/3
Score	Après chaque période le score est remis à 0	