

## LE PRINCIPE DU FUTSAL 5CONTRE 5

### **Venez affrontez vos amis**

À 5 contre 5 dans un esprit ludique et sportif à la fois.<br>

Cette activité de loisir, le foot à 5, s'inspire des règles du foot à 11 traditionnel, à l'exception des touches qui sont faites avec les pied et des contacts et des tacles qui sont formellement interdits.

#### **Les avantages du futsal à 5 :**

+d'actions, +de buts, -de contacts, -de temps morts

#### **Pourquoi faire du futsal à 5 contre 5**

- développer ses capacités techniques :

Du fait des petits espaces, le joueur touchera plus de ballons, dribblera plus pour éliminer ces adversaires et frappera plus souvent.

- développer ses capacités physiques :

Le futsal impose aux joueurs d'être constamment en mouvement pour les phases offensives mais également défensives.

Les temps morts sont quasiment inexistantes.

- développer les prises d'informations :

Tous les adversaires à proximité ....