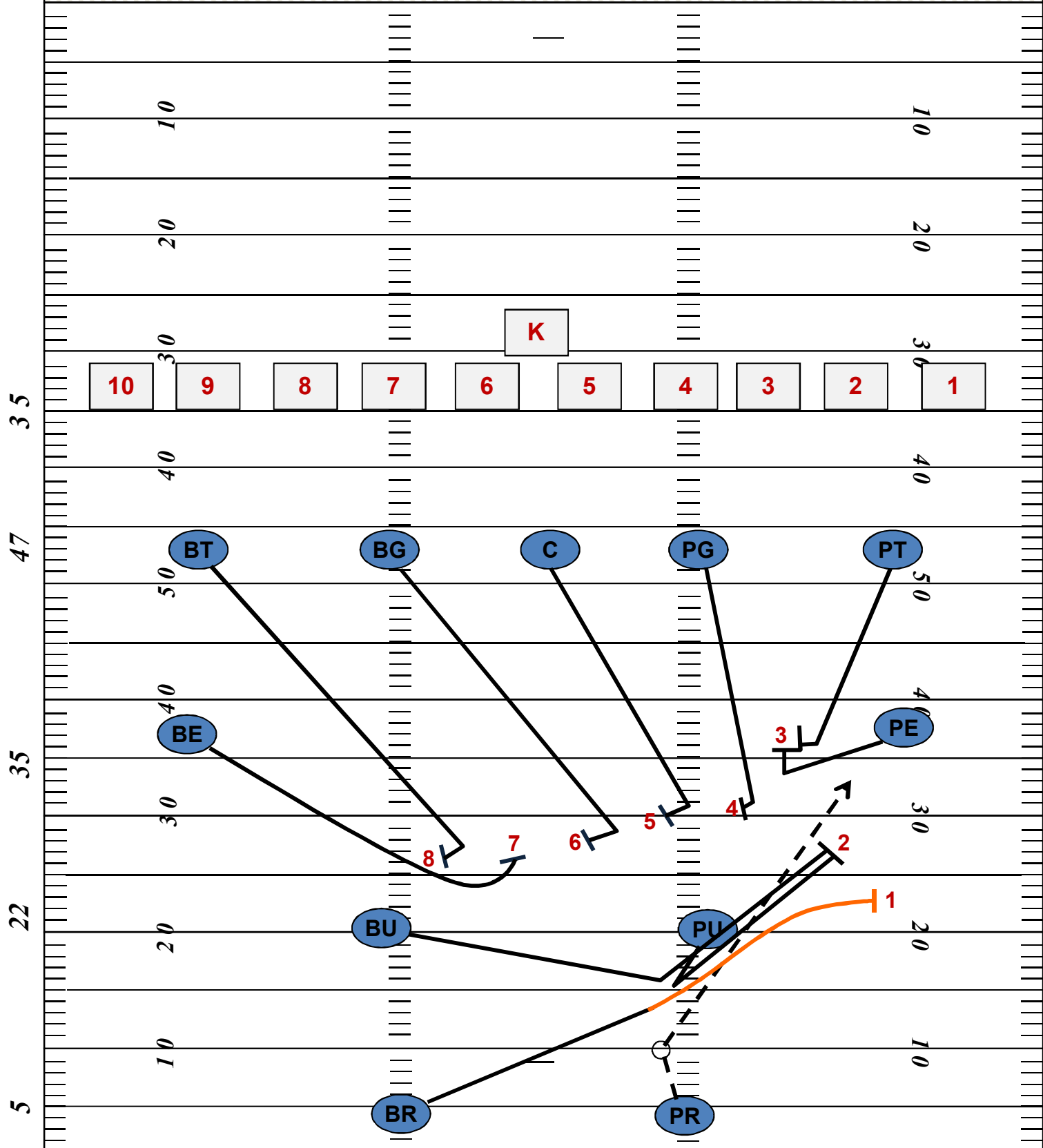


KICK OFF RETURN: TRAP DROITE





KICK OFF RETURN

REGLES et RAPPELS

- Sur Kickoff et Kickoff après Safety, la balle est vivante après 10 yards et doit être recouverte.
- La règle de fair catch est effective pour l'équipe qui retourne.
- Vous ne devez jamais bloquer sous la ceinture.
- Le ballon frappé dans l'embut résulte en touchback et n'a pas besoin d'être recouvert (néanmoins, prenez le ballon et transmettez le à l'arbitre).
- Un ballon touché et raté dans le terrain et qui roule dans l'embut doit être recouvert.
- Un ballon touché et raté dans l'embut résulte en touchback (néanmoins, prenez le ballon et donnez le à l'arbitre).
- Un ballon échappé dans le terrain et qui roule dans l'embut doit être recouvert et sorti de l'embut, sinon cela peut résulter en un safety ou en un touchdown pour l'équipe adverse.
- Un ballon qui est attrapé dans le terrain et qui par son élan vous entraîne dans l'embut, sera replacé au point de possession (l'endroit où il aura été attrapé). **REMONTEZ LA BALLE!**

RAPPELS

- Soyez sûr que la balle est tapée en profondeur avant de tourner le dos.
- Ayez connaissance de la profondeur et de l'endroit du coup de pied avant d'effectuer votre block.
- Returners, faites preuve de bon jugement pour savoir si vous devez remonter un ballon de l'embut (règle générale 3 yards de profondeur).
- Returners, sachez qui parle et la direction du retour. Communiquez: « toi/moi ».
- **Pas de pénalité!!**



KICK OFF RETURN

Retour après Safety

- Le ballon est tapé des 20 yards.
- La première ligne peut tricher un peu et s'aligner être un peu plus en retrait (15 yards de la balle).
- Les mêmes règles s'appliquent que sur un Kick Off normal.

Retour avec une pénalité appliquée sur le KO (*balle placée sur la ligne des 45 ou 50*)

- Attention au Onside Kick surprise!
- La première ligne s'aligne à 10 yards et garde les yeux sur la balle! Elle ne doit pas partir avant que le coup de pied n'ait été donné.
- Ne partez pas avant que le coup de pied n'ait été donné.

CA 2: SPECIAL TEAMS



KICK OFF RETURN

APERÇU

Il est conseillé de compter les joueurs adverses en les numérotant à partir du premier à l'extérieur et du côté du retour. Nous ne comptons pas le kicker.

La première ligne s'aligne à 12 yards de la balle.

Tous les joueurs font face à la balle: pieds écartés à la largeur des hanches, genoux fléchis, le haut du corps est penché vers l'avant, les mains sont prêts à dégainer. La tête est haute et le regard fixe la balle.

On doit tout de suite identifier notre assignation et on ne le quitte pas des yeux jusqu'au bloque (exceptions: BSE, BST, BSG)

S'ils utilisent un alignement Bunch (regroupé), sprintez dans votre zone et récupérez le joueur le plus dangereux.

Le receveur libre se place rapidement devant le point de réception (5y) et démarre quand la balle est bien sécurisée. Il doit bloquer le N° 1 où il se présente (il peut passer à l'intérieur du kick out ou à l'extérieur de celui-ci).

Le receveur de droite annonce qui attrapera la balle (MOI/TOI).

Le receveur attrape la balle, la sécurise et entame un sprint en visant le N° 3. Il doit raser le dos du PT lorsqu'il bloque ce N° 3. Ce changement de direction ne doit pas provoquer un ralentissement.



KICK OFF RETURN

TECHNIQUES

Drop des joueurs de premier niveau:

Alignez vous en fonction du set du kicker avec le pied arrière sur les 47 yards. Lorsque la balle est tapée, sprintez dans votre zone en vérifiant la direction du coup de pied. Cherchez le returner afin de localiser la balle et la profondeur. Récupérez votre joueur en vous plaçant en position pour exécuter votre assignation.

Si le coup de pied est court, réduisez votre drop (sprint) et récupérez votre joueur sur la ligne des 45 yards.

Sur retour Trap, PT placent le sommet du mur de la première ligne sur la ligne des 37 yards avec le PE. BG, BT utiliseront une technique whip eyes si le coup de pied est donné à l'opposé et que les joueurs du KO resserrent rapidement au ballon

Position au contact des joueurs de premier niveau:

Lorsque vous atteignez les 35 yards (peut être 30 selon le plan de match), tournez vos hanches et effectuer un backpedal avec une base large; absorbez la charge. N'arrêtez jamais vos pieds afin de contrôler votre joueur. Maintenez une base large, baissez vos fesses lorsque vous attaquez votre joueur. Ayez les yeux du côté du retour, coudes serrés les pouces vers le haut et les mains à l'intérieur de l'épaulière. Bougez vos pieds et placez vos hanches du côté du retour. Maintenez le contact.

Glide Fit: Lorsque vous atteignez les 35 yards (peut être les 30 selon le plan de match) tournez vous rapidement vers votre joueur. Maintenez un leverage côté du retour. Restez sur sa hanche intérieure et faite écran. Ne vous préoccupez pas du fait qu'il prenne de la profondeur mais empêchez-le de resserrer vers la balle (en largeur)

Whip-Eyes Glide Fit: Le Tackle opposé au retour sprint en direction de la balle en maintenant un leverage du côté du retour. Alors que le défenseur ressert, tournez-vous en plongeant votre épaule intérieure (le défenseur passe dans votre dos) et récupérez-le de visu le plus rapidement possible. Restez sur sa hanche intérieure et faite écran. Ne vous préoccupez pas du fait qu'il prenne de la profondeur mais empêchez-le de resserrer vers la balle (en largeur).

Trap: le PT doit faire en sorte que le joueur désigné ne puisse aller vers la touche (écran). Le Trap prend place sur les numéros sur la ligne des 37 yards (peut être les 32 selon le plan de match). Vous devez vous synchroniser avec le PE qui engage le block, vous fermez ensuite la porte de la touche. Les fullbacks doivent se rejoindre aux environs des 20 yards (12 yards devant le returner, pas plus large que les hashmarks). Le fullback opposé au retour est le trapper.