



Le **Cardiogoal** est un **sport collectif** qui se joue à la main opposant deux équipes mixtes de six joueurs : quatre joueurs sur le terrain et deux remplaçants qui rentrent et sortent librement. Le jeu consiste à faire passer le ballon à travers un des trois cercles de couleur (jaune-bleu-rouge) placés verticalement à une hauteur totale de 3 mètres.

Chaque couleur d'anneau correspond à un nombre de points :

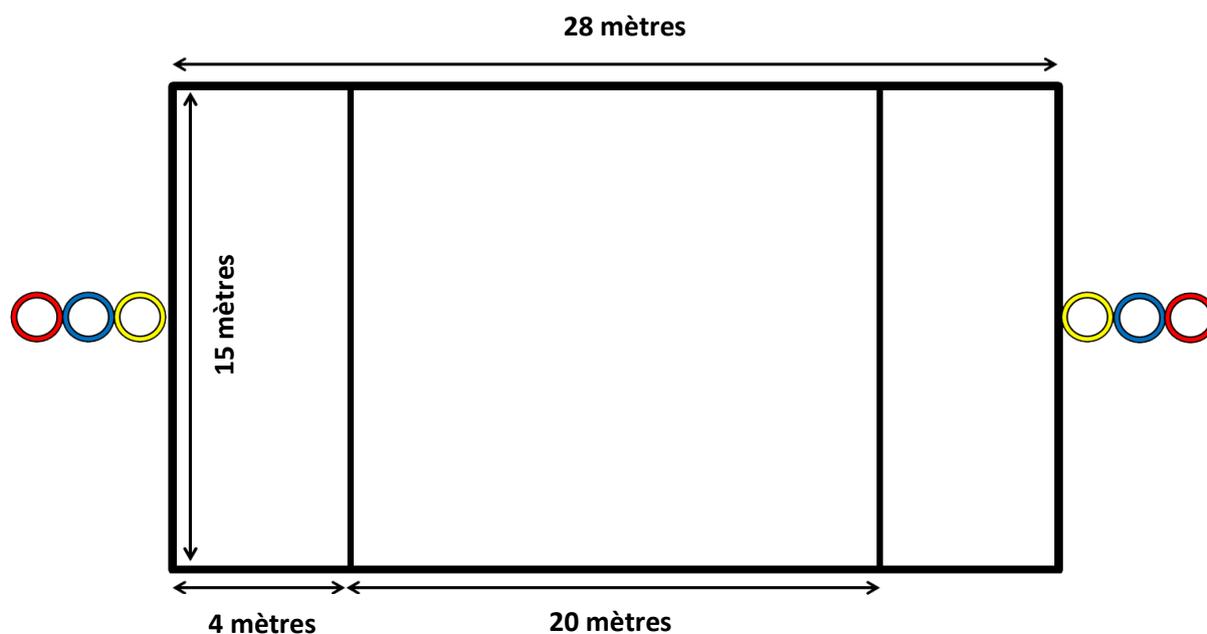
Rouge : 15 points

Bleu : 10 points

Jaune : 5 points

L'équipe totalisant le plus de points gagne le match.

Le terrain :



L'essentiel des règles :

- **Règles 1** - Les passes se font que sur l'avant, les passes à l'arrière du porteur du ballon sont interdites. Si le ballon tombe au sol, il est rejoué par l'équipe adverse à l'endroit de sa chute.
- **Règle 2** – Le contact entre les joueurs est strictement interdit. Dès que le ballon est touché par l'adversaire, ce dernier le récupère.
- **Règle 3** – Pas plus de 3 secondes avec le ballon en main sur le terrain, passé ce délai, le ballon revient à l'adversaire.
- **Règles 4** – Il est interdit de courir avec le ballon mais il est autorisé d'effectuer un marcher de deux pas.