

LE 3x3

LES OFFRES DE PRATIQUE FFBB



Le 3x3 est une pratique conviviale et libre. Discipline olympique depuis 2017, le 3x3 est géré et organisé par la Fédération Internationale de Basket-Ball (FIBA) sur le plan mondial et par la Fédération Française de Basket-Ball (FFBB) sur le plan national.

Rapide, intense et physique, le 3x3 est le sport d'équipe urbain numéro 1 dans le monde. Les équipes sont constituées pour un match, pour un tournoi ou un championnat et peuvent passer d'une compétition à une autre. C'est une pratique qui se veut universelle et accessible à tous : pour pratiquer il n'y a besoin que d'un ballon, un panier et 6 joueurs.

→ Règlement du 3x3

- Terrain** : Un demi-terrain.
- Ballon** : Ballon spécifique 3x3 (ballon taille 6 avec le poids d'un taille 7). C'est le même le ballon pour les femmes que pour les hommes.
- Equipes** : 3 à 4 joueurs maximum. Pas d'entraîneur sur le bord du terrain. Les joueurs évoluent en autonomie.
- Durée** : 10 min ou fin du match dès qu'une équipe atteint 21 points.
- Score** : Les paniers mis à l'intérieur de la ligne des 3 points et les lancer-francs valent **1 point**. Ceux à l'extérieur de la ligne à 3 points **valent 2 points**.
- Fautes** : Pas de fautes individuelles, uniquement des fautes d'équipes. Au bout de **7 fautes**, on attribue systématiquement **1 lancer-franc** et au bout de **10 fautes**, on attribue **2 lancer-francs + la possession du ballon**.
- Durée d'attaque** : L'équipe en possession du ballon a 12 secondes pour déclencher un tir.
- Remplacements** : Remplacements possibles lors des arrêts de jeu.
- Temps morts** : 1 seul temps mort par équipe.
- Remises en jeu** : Pas de remise en jeu après un panier marqué. L'équipe qui a encaissé un panier doit ressortir le ballon derrière la ligne à 3 points avant de pouvoir tirer à nouveau. Remises en jeu uniquement sur une sortie de balle ou une faute.
- Prolongations** : Si égalité à la fin du temps réglementaire, prolongations jusqu'à ce qu'une des 2 équipes mène avec 2 points d'écart.