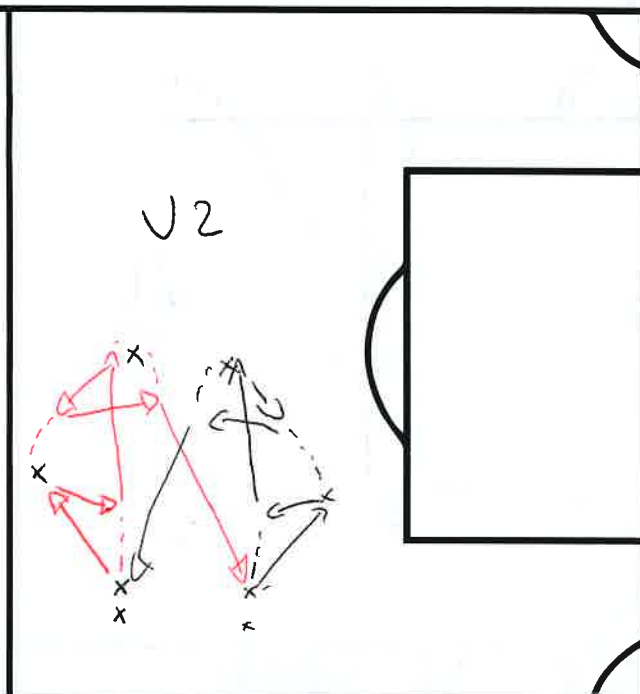
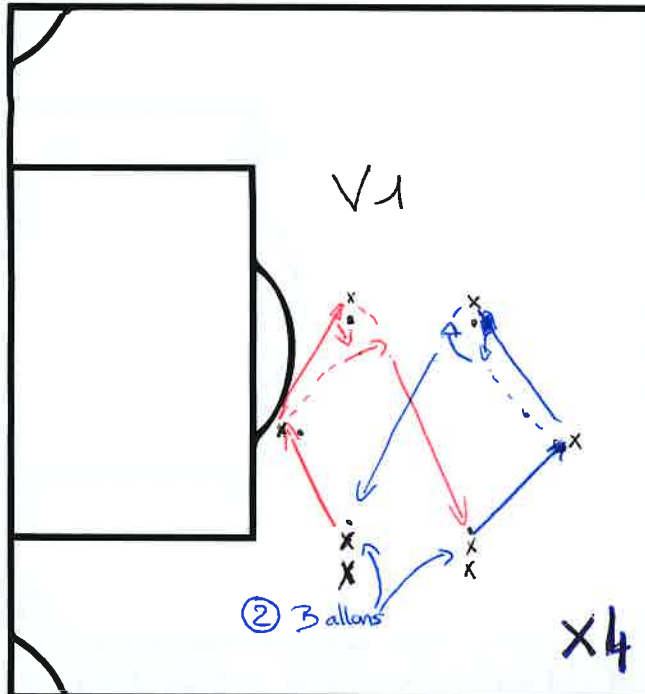


EXERCICE - JEU - SITUATION

TEMPS :

JOUEURS :

GDB :



Echauffement

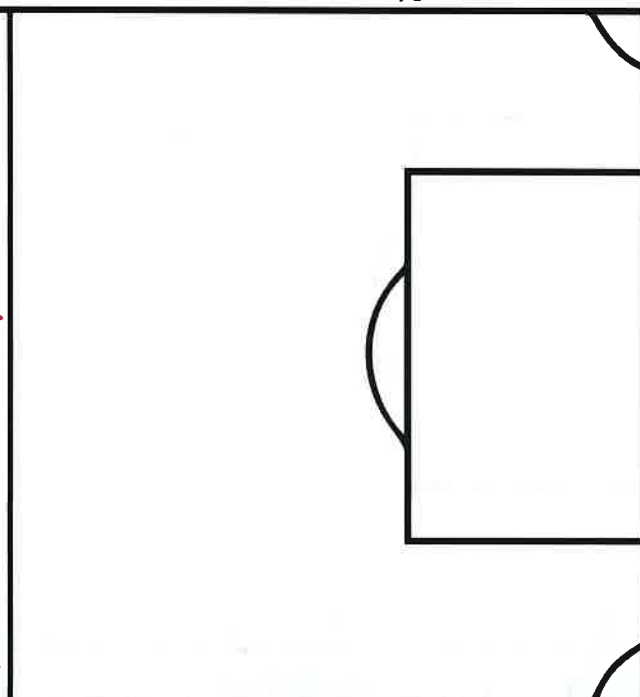
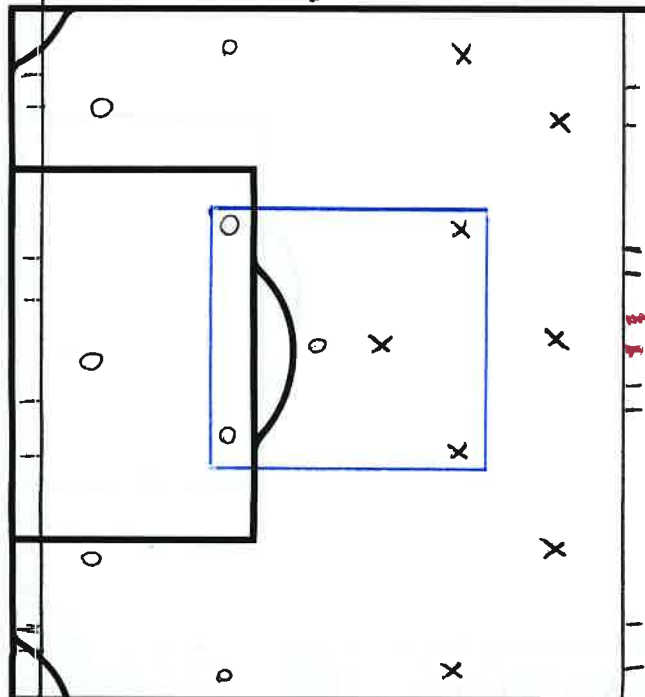
Combinaison sous forme
de passe et suite.
2 Ballons en mouvement.

EXERCICE - JEU - SITUATION

TEMPS : 25'

JOUEURS : 16

GDB : 0



Jeu 1 touche / 2 touches
4 Buts à défense 4 Buts à marquer.
- 2 possibilités : Jeu en 1/2 touche

Sauf passe en profondeur suite
au déséquilibre
le receveur peut conduire
pour aller marquer.

Variante :

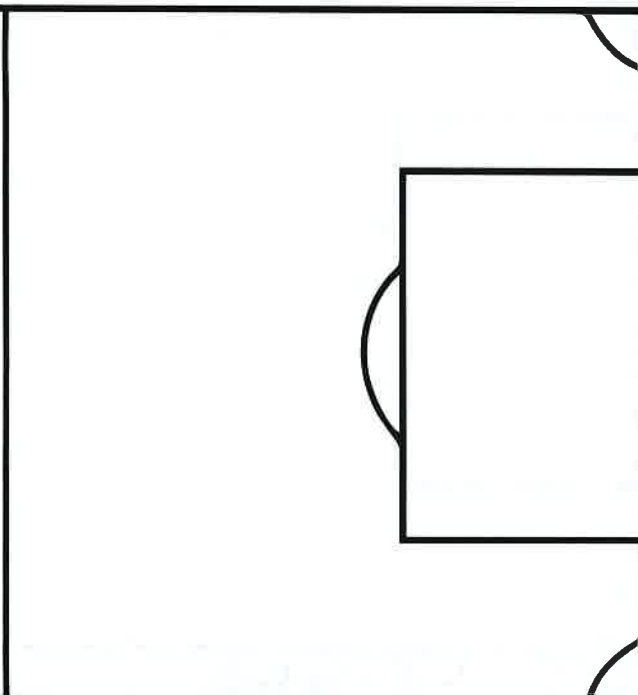
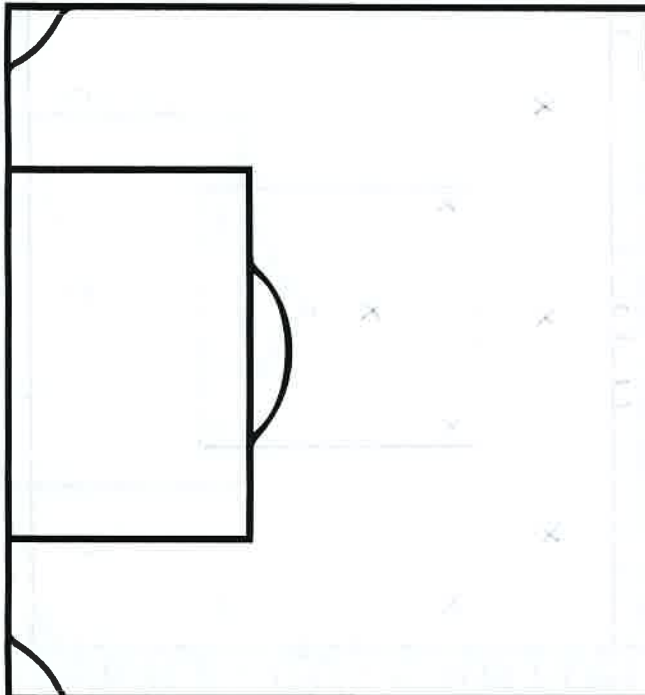
□ Si une touche et But derrière
= 5 pts

EXERCICE - JEU - SITUATION

TEMPS :

JOUEURS :

GDB :

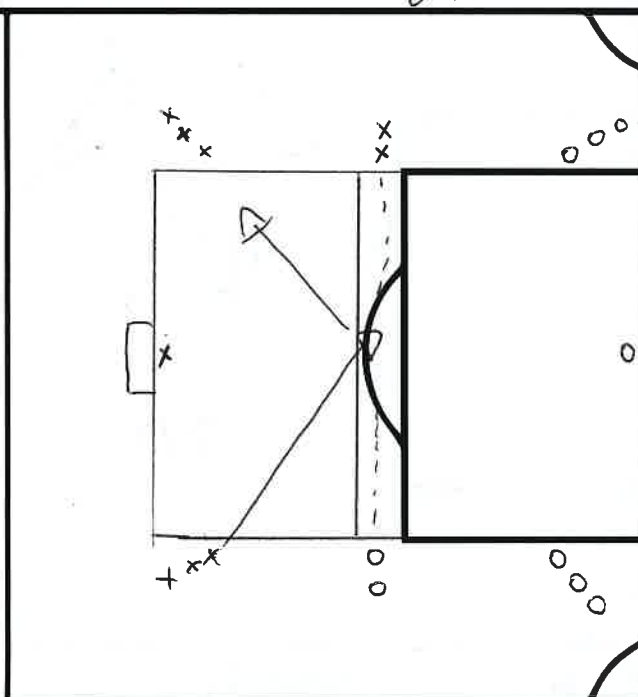
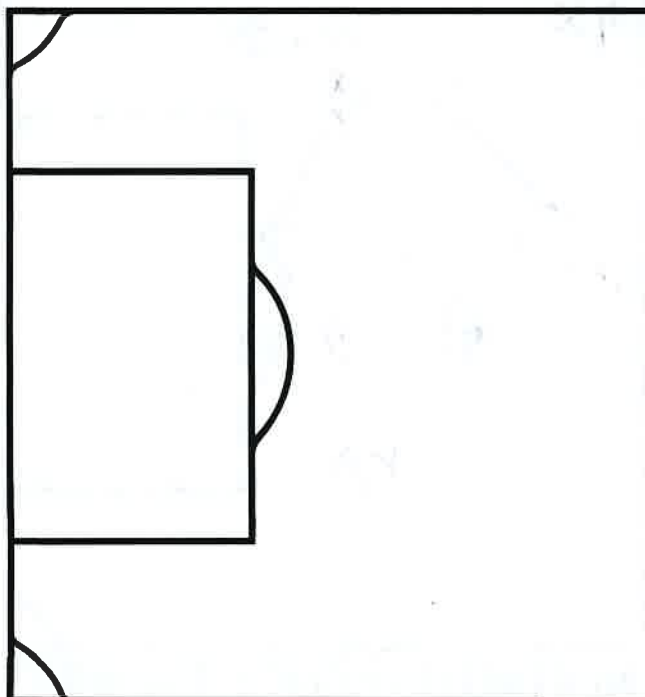


EXERCICE - JEU - SITUATION

TEMPS : 25

JOUEURS : 16

GDB : 2



Situation 3 vs 3

1 situation sur 2.

X propose au milieu combine à 3.

O ~~entre~~ et défends à 3.

La situation se termine quand la Balle sort ou but.

les 6 joueurs sortent dès que la Situation est terminée