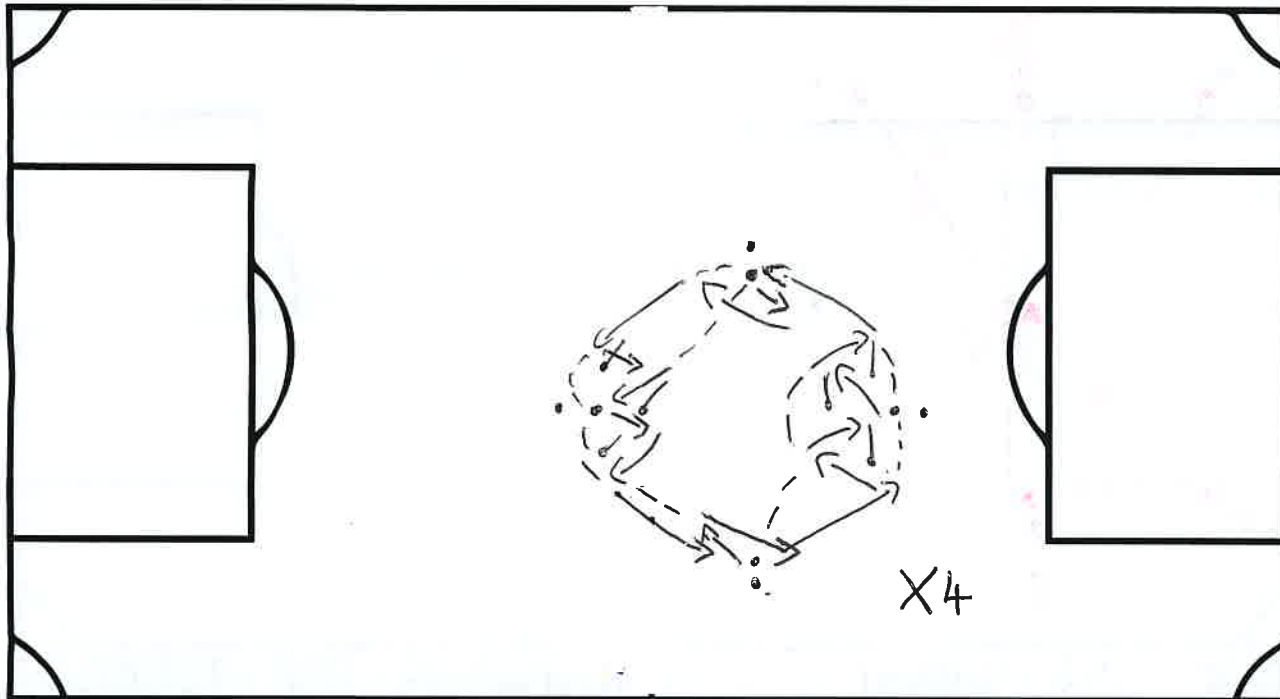


EXERCICE - JEU - SITUATION

TEMPS :

JOUEURS :

GDB :



Echauffement

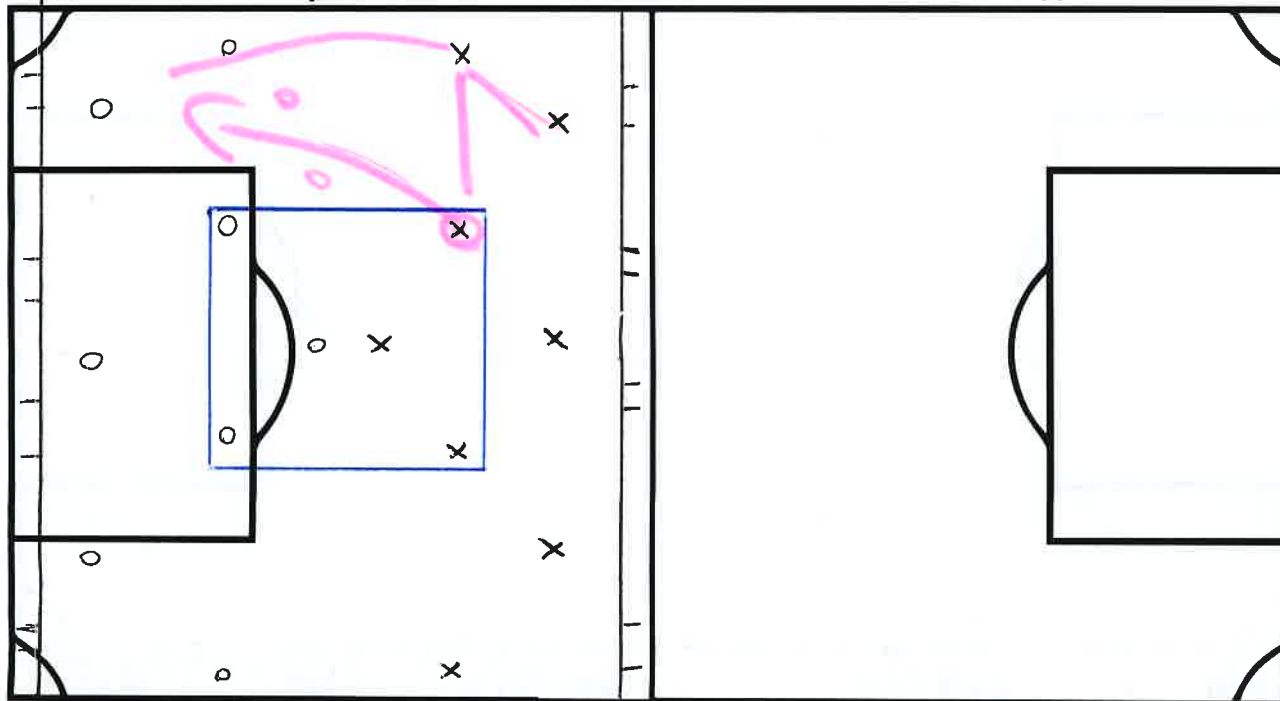
Cheminement de passe
à 8 joueurs

Jeu combiné.

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 :

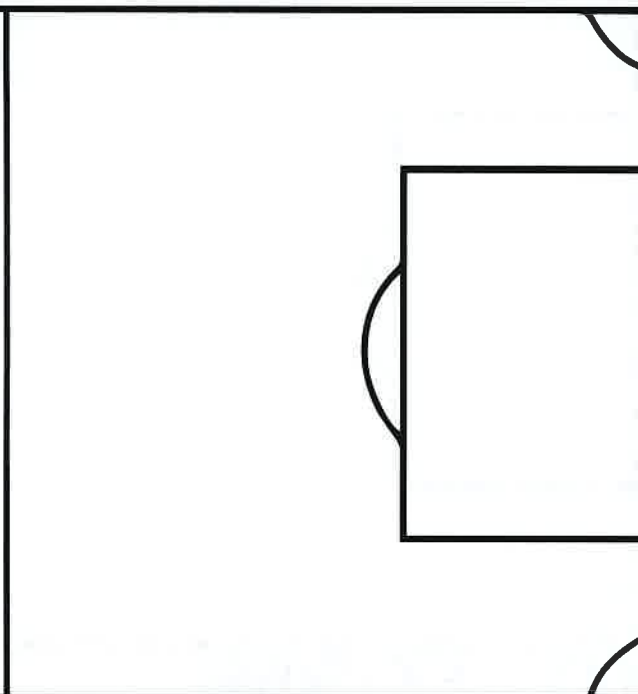
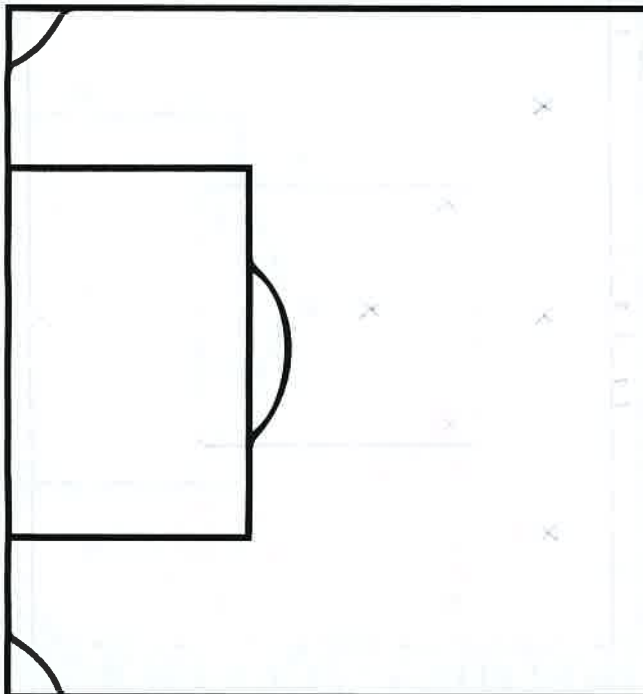
□ Si une touche et But défense
 = 5 pts

EXERCICE - JEU - SITUATION

TEMPS :

JOUEURS :

GDB:

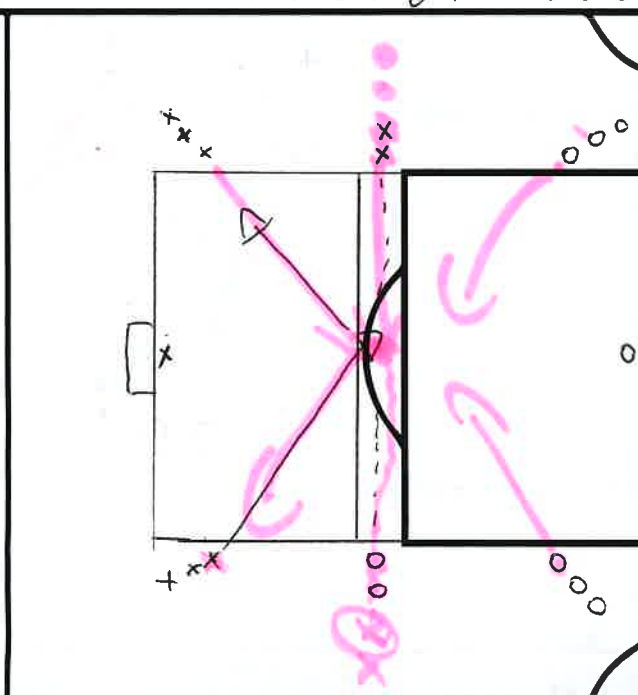
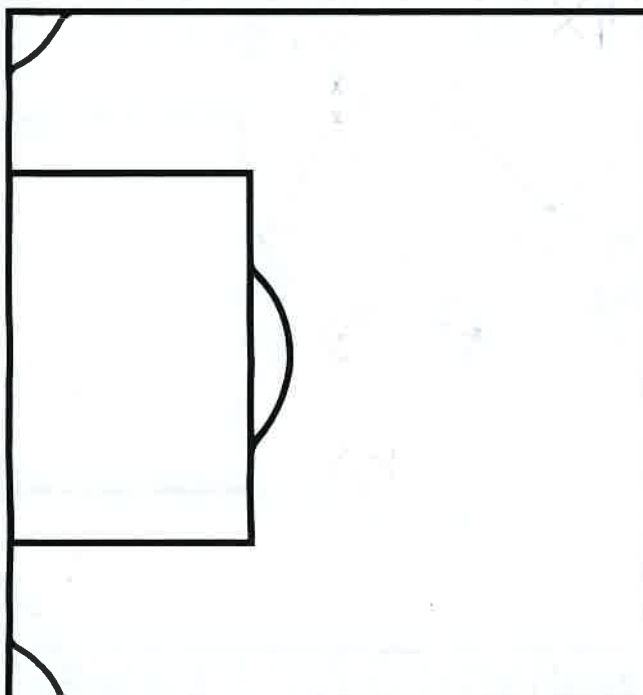


EXERCICE - JEU - SITUATION

TEMPS : 25

JOUEURS : 16

GDB: 2



Situation 3 vs 3

1 situation sur 2.

X propose au milieu combine à 3.

O rentre et défends à 3.

La situation se termine quand la Balle sort ou but.

Les 6 joueurs sortent dès que la Situation est terminée