



Equipe : G 2012

Effectif : 23

Date : 23/10/2023  
A.M.

Durée : 1H00

Thème : Déf. porteur et non porteur

Durée	Situations - Déroulement	Objectifs - consignes
		<p>① 1c1 dans couloir au signal du coach changer de statut</p> <p>② 1b/2 face à face de chaque côté d'une ligne contrôleur / Fermer ligne Au signal du coach changer de statut</p>
		<p>③ 1b/3 1 passeur 1 attaquant et 1 défenseur dans 1 espace limiter Empêcher l'attaquant d'avoir la balle pendant 30s</p>
		<p>④ 1b/3 1 passeur en position d'arrière. 1 attaquant dans l'aile avec 1 défenseur Le défenseur doit empêcher l'attaquant d'avoir le ballon dans l'aile pendant 30s (Back-door interdit)</p>
		<p>⑤ 1c1 A partir en course à l'opposé et défend sur P. P va gêner le tir de A puis fait la passe à P. P 1c1 face à A.</p>