



Equipe : F2012

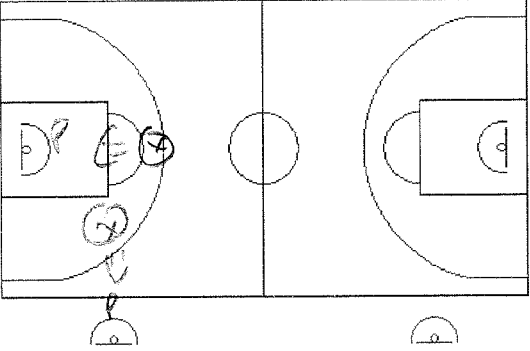
Effectif : 19

Date : 01/05/24 Après-midi

Durée : 2h30

Thème : Aisance Finition + Pré collectif offensif + collectif offensif

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
25'		Echauffement Aisance Lorraine
20'		Pré collectif offensif Relance + organisation à 3c0 Se rendre disponible AVANT milieu Enchaîner SANS RALENTIR Respect des espaces
30'		3c3 Aller + aller-retour Retard défensif départ sur premier aller
40'		5c5 aller + aller-retour Organisation à 5 Ouverture angle de passe

20'		<p>Adresse qualité</p> <p>1 ballon pour 2</p> <p>6' attraper tirer</p> <p>6' attraper un dribble tirer</p> <p>6' libre</p>
-----	---	--

OBSERVATIONS

Equipe 1 3c3

Equipe 2 3c3

Equipe 3 3c3

Equipe 4 3c3

Equipe 5 3c3

Equipe 6 3c3

Equipe 1 5c5

Equipe 2 5c5

Equipe 3 5c5