



Equipe : F2013

Effectif : 27

Date : 25/09/24

Durée : 2 Heures

Thème : Fondamentaux offensifs + relance + travail adresse

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
30'		Echauffement aisance + Finition Kathline
30'		<p>2c1 Panier latéraux par demi-groupe</p> <p>Recherche de choix rapide avant ligne médiane</p> <p>Fixer et recherche du retour de passe si pas de différence</p>
30'		<p>2c1+1 sur un aller panier centraux</p> <p>(Si bien fait travail en continuité)</p> <p>Même objectif que l'exercice précédente</p> <p>Notion de distance à gérer</p>
20'		Adresse Elsa

OBSERVATIONS

Groupe A

Groupe B