



Equipe : 2012F

Date : 27/08/24 Matin

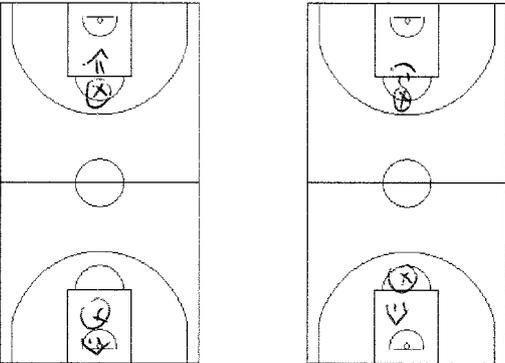
Durée : 2h

Lieu : Chamechaude

Effectif : 18

Thème Ouverture angle de passe / collectif off à 4 puis à 5

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
30'		<p>Echauffement 1 Drive fond 2 Drive milieu</p>
20'		<p>4c0 sortie de balle + jeu de relance 1 Situation sur coupe + renversement + attaquer (Top) 2 situations sur attaquer et ouverture</p>
30'		<p>4c0 retour 4c4 Situation imposée sur 4c0 Situation libre sur du 4c4</p>
20'		<p>5c0 Mise en place transition offensive Premier joueur qui dépasse le milieu de terrain short corner opposer</p>

20'		Adresse Travail prise d'appuie 1 arrêt simultané 2 Arrêt alternatif fréquence
-----	--	---

Observations :

- 1 Equipe de 4
- 2 Equipe de 4
- 3 Equipe de 5
- 4 Equipe de 5

- 1 équipe de 6
- 1 équipe de 6
- 1 équipe de 6