



Equipe : F2012
Date : 08/09/24 Après-midi

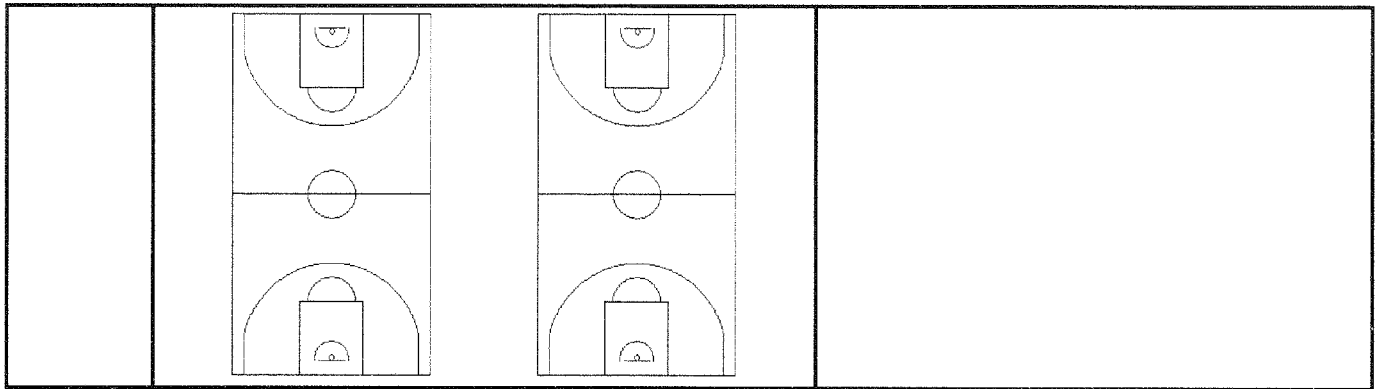
Lieu : Chamechaude

Durée : 2h15

Effectif : 17+ Charlie

Thème : Fondamentaux offensifs + pré collectif/collectif offensif

Durée	Situations - Déroulement		Objectifs - consignes
20'			Echauffement sur adresse Lorraine
30'			Pré collectif offensif Mise en place deux dribbles vers (chasse) A 2 puis à 4
30'			5c5 demi + Aller-retour Demi-terrain sans dribble + Aller-retour avec dribble
30'			Adresse Fin de séance Jeu du plot 5 tirs marqués par plot et je recule le plot Recherche de qualité dans les finitions



Observations :

Equipe 1

Equipe 2

Equipe 3

Equipe 4