



Equipe : G2014

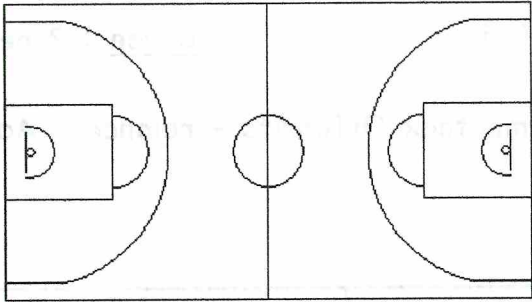
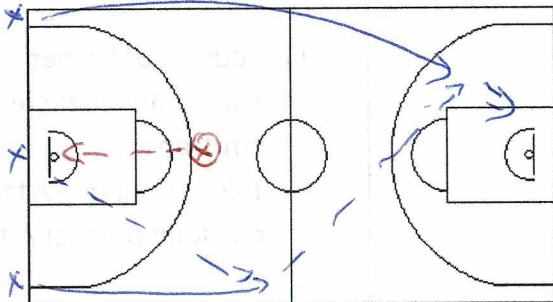
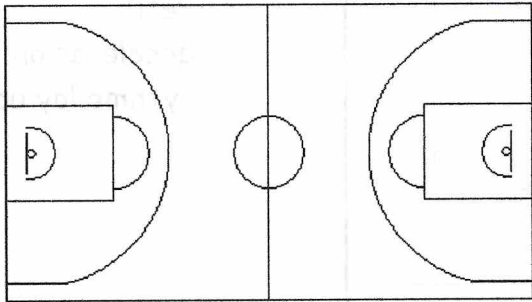
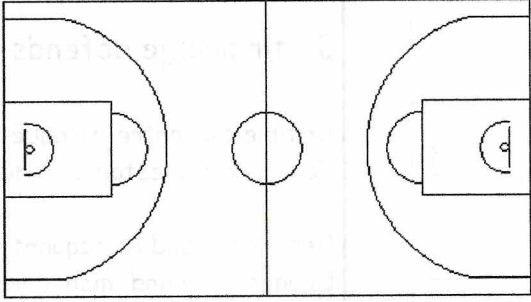
Effectif : 27

Date : 16/04/25

Durée : 2 heures

Thème : Fondamentaux Offensifs + relance + Adresse

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
25'		Fondamentaux offensifs 1) Courir attraper en attitude face au cercle 1 dribble finition 1-B) Courir Attraper face passeur pivoter/ transférer
		2) Petit changement accélération Casser rythme lay up
25'		1c1 continuité Transition Je tir puis je défends Dribble de contre-attaque Couper la trajectoire du défenseur Départ 1 quand l'attaquant tir Départ 2 quand mon coéquipier prend le rebond
25'		Situation Surnombre Jérôme

		Situation de Jérôme Consignes Défensive Alexandre P COMMUNICATION Déf Annonce Balle / Change
15'		Situation Demi-groupe Surnombre 3c1 Sur un aller Respect des couloirs et hors-jeu Passe dans le dribble et futur Evolutions possible : 3c1+1
		Situation Demi-groupe Aisance Alexandre P
20'		Situation adresse Alexandre P
OBSERVATIONS		
Groupe 1 Groupe 2		