



Equipe : G2014

Effectif : 25 + 1

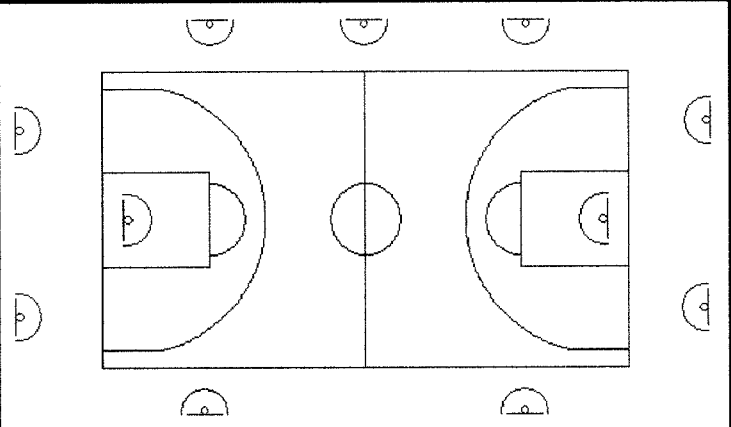
Date : 22/04/25 MATIN

Durée : 2h30

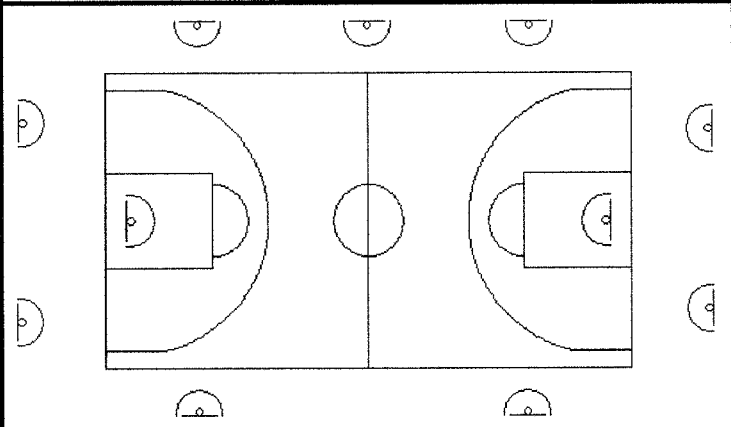
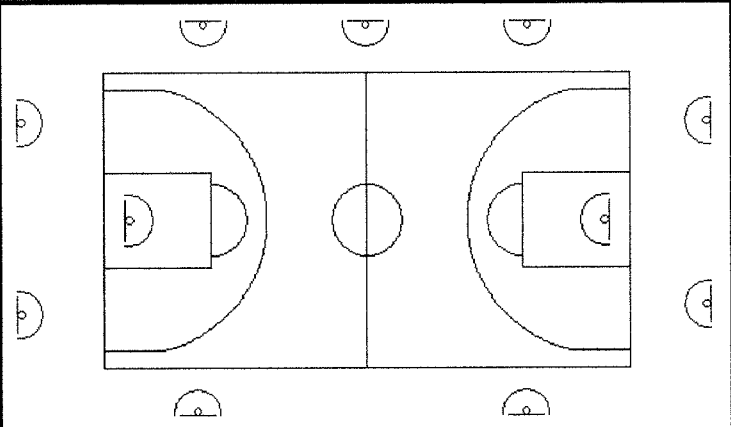
Thème : Fondamentaux Offensif 1c1 + gestuelle

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
30'		Echauffement Dextérité / Motricité Alexandre P
25'		1c1 Arrêté Jérôme
25'		1c1 Lancé avec transition Jérôme
30'		1c1 avec coach passeur Alexandre C 2 colonnes (1 de chaque équipe) Défense donne la balle au coach Attaquant devient défenseur colonne opposé Possibilité de faire un retour de passe au coach Recherche capacité à changer de statut rapidement

40'



Gestuelle / Equilibre Alexandre P



OBSERVATIONS

Groupe 1

Groupe 2