



Equipe : G2014

Effectif : 25+1

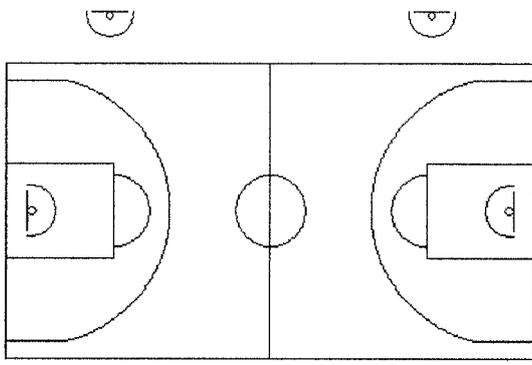
Date : 23/04/25 Matin

Durée : 2h30

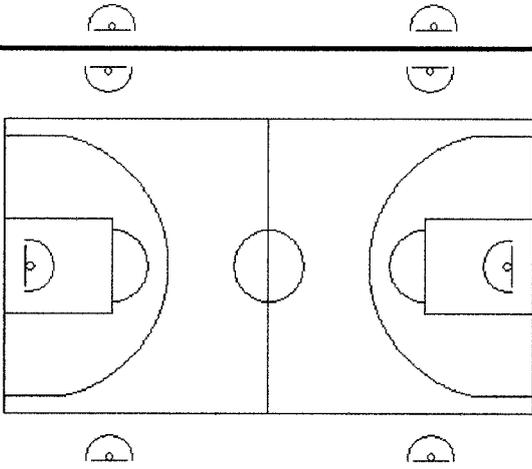
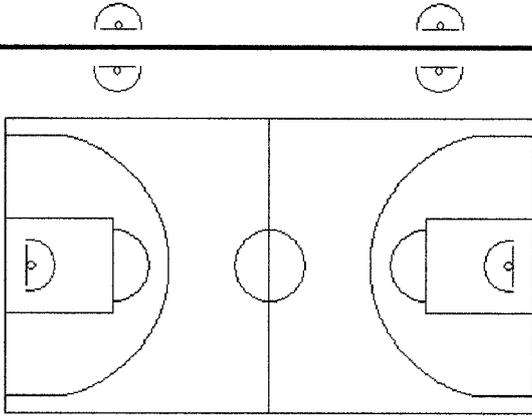
Thème : Surnombre

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
30'		Echauffement Alexandre P Tirs en course
25'		<p>Surnombre 2c1</p> <p>Eliminer par la passe ou le dribble Recherche profondeur pour casser alignement (hors-jeu)</p> <p>Evolution : Passer en 2c1+1</p>
30'		<p>Surnombre 3c1</p> <p>Course dans les bons espaces 3 dribbles maximums Passe dans le dribble</p> <p>Evolution 3c2+1</p>
25'		Adresse Jérôme

20'



Etirement Auto massage Alexandre P



OBSERVATIONS

Large empty rectangular area for recording observations.