



Equipe : G2014

Effectif : 25+1

Date : 23/04/25 Après-midi

Durée : 2h30

Thème : Surnombre + Pré-collectif offensif

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
20'		Echauffement passe dans le dribble Jérôme
25'		Surnombre (selon stage)
25'		Surnombre (selon stage)
30'		Adresse Alexandre P

35'		<p>3c3 Demi + aller-retour</p> <p>Espaces de jeu Transition rapide Retrouver travail surnombre</p>
-----	--	--

Même temps		<p>Dextérité / Réactivité Alexandre P</p>
------------	--	---

15'		<p>Etirements Auto massage Jérôme</p>
-----	--	---------------------------------------

--	--	--

OBSERVATIONS

Groupe 1	
Groupe 2	