



Equipe : 2013F

Effectif : 20

Date : 26/08 Matin Chamechaude Durée : 2h45

Thème : Aisance dans la passe + Collectif

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
30'		1) Pound + Passe direct 2) Pound + Passe désaxé 3) Pound + Bodiroga + Passe désaxé 4) Pound + 3 changements + Passe 5) Reb dribble CA + Passe 6) Passe dans le backdoor
20'		Surnombre 3c2+1 Coach donne ballon à l'attaquant Son défenseur touche la ligne de fond et reviens en défense
25'		3c2+1 continuité 1 attaque 1 défense je sors Respect des espaces et des couloirs
30'		Collectif défensif Kathline



30'		Demi + aller-retour 1) Mise en place touche fond 2) Mise en place touche côté
30'		Adresse 1) 3 marqués d'affilés et je switch sur TEC 2) LF 2 d'affilés rapporte 1 pts
OBSERVATIONS		