



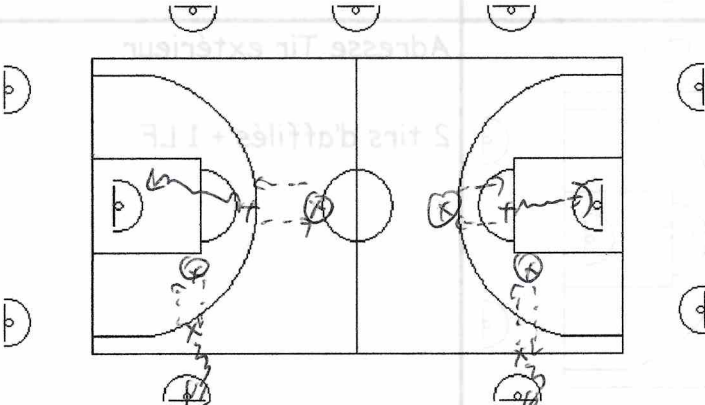
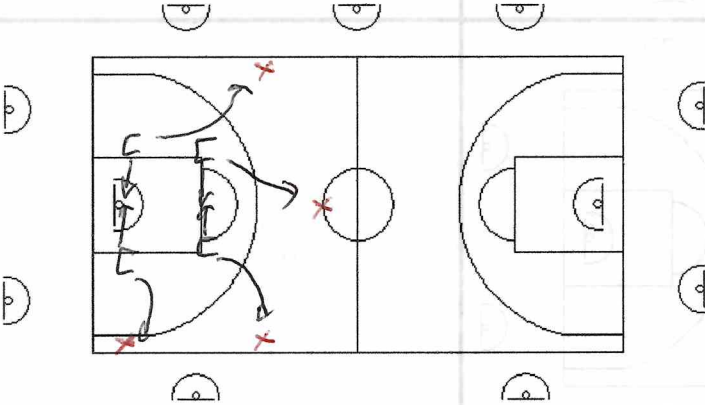
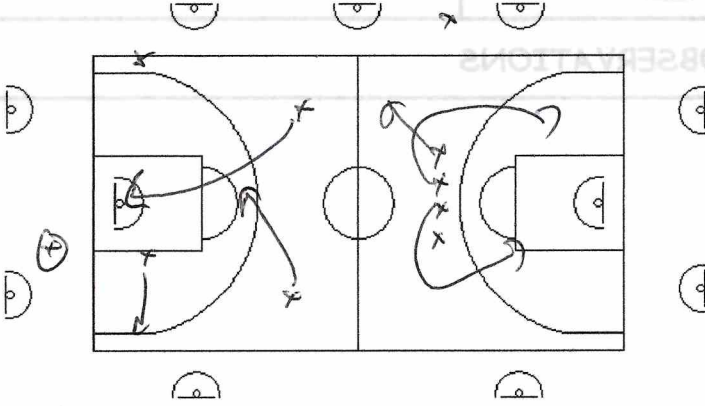
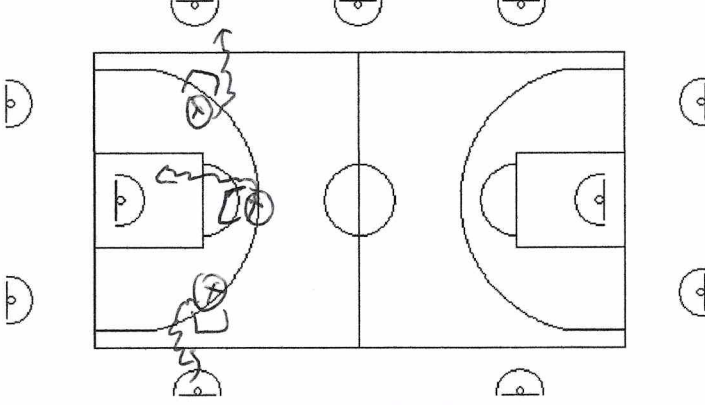
Equipe : 2013F

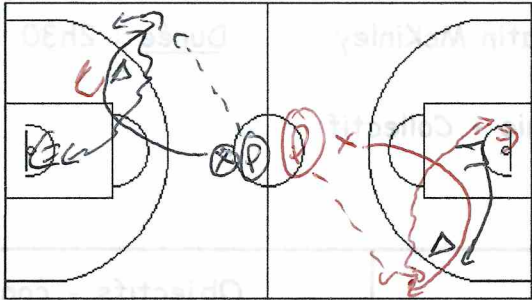
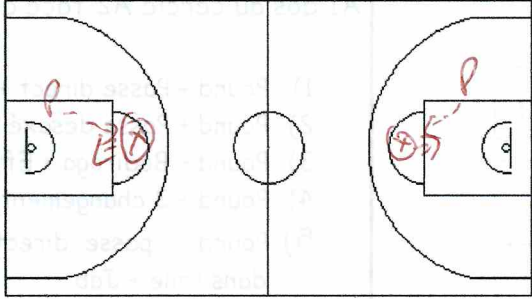
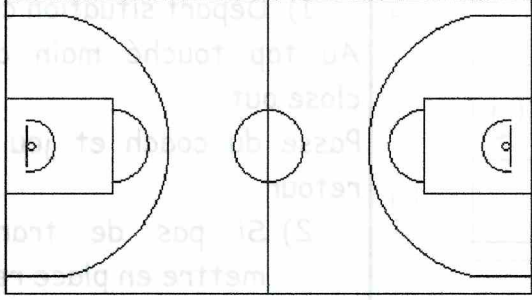
Effectif : 20

Date : 27/08 Matin McKinley

Durée : 2h30

Thème : W Appuie + Collectif

Durée	Situations - Déroulement	Objectifs - consignes
30'		Echauffement passe + Finition Par 2 A1 dos au cercle A2 face au cercle 1) Pound + Passe direct + Engagé 2) Pound + Passe desaxé + Engagé + Jab 3) Pound + Bodioga + Effacé 4) Pound + 3 changements + Effacé + Jab 5) Pound + passe direct + Déplacement dans l'aile + Jab
30'		Relance + Surnombre à 4 1) Départ situation close out Au top touché main coéquipières + close out Passe du coach et jeu demi + aller-retour 2) Si pas de transition rapide mettre en place retard déf
40'		Séquence 6 pts ou 3min Chaque panier marqué rapide donne le droit à une touche côté ou fond Kathline consignes défensives
15'		Adresse TEC W jab de face + finition

15'		Adresse TEC Déplacement avec avantage défenseur 1) Engagé + Jab 2) Effacé + Jab
15'		Adresse Tir extérieur 2 tirs d'affilés + 1 LF
		
OBSERVATIONS		