



Equipe : G2014

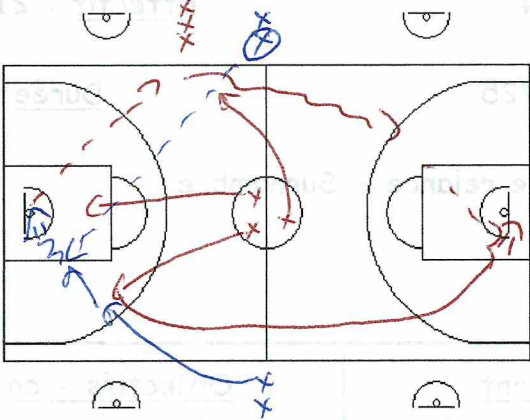
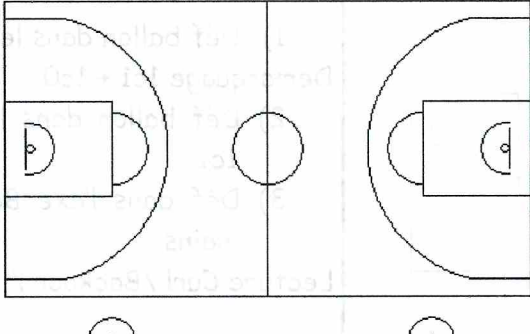
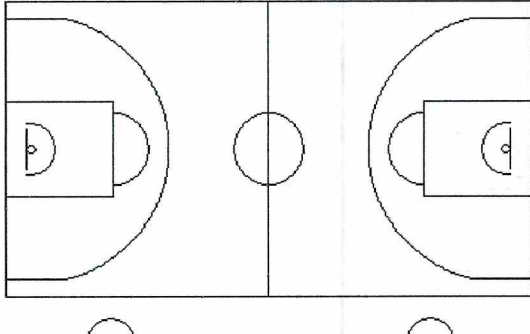
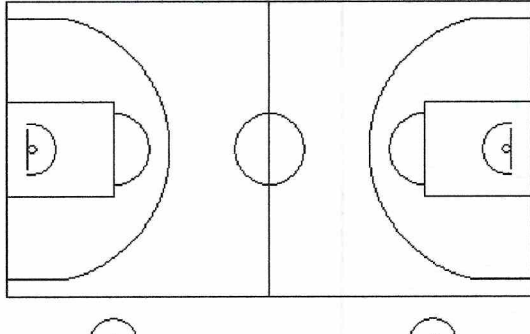
Effectif : 21

Date : 15/10/25

Durée : 2h

Thème : Jeu de relance + Surnombre

Durée	Situations - Déroulement	Objectifs - consignes
30'		Fondamentaux offensifs Duel 1) Déf ballon dans les mains Démarquage 1c1 + 1c0 2) Déf ballon dans les mains 1c1 + 1c1 3) Déf dans l'axe Ballons dans les mains Lecture Curl / Backoor / Démarquage
		Suite échauffement
25'		Jérôme Réactivité
25'		Alexandre P Surnombre 2c1+1 et relance 2c2

25'		Sous nombre avec avance + Relance surnombre 2c2 et relance 3c2 Efficacité dans relance et gestion des espaces de courses Joueurs sans ballon : 1) Joue le hors-jeu 2) Propose situation de relais
15'		Jérôme Tir Extérieur
		
		
OBSERVATIONS		