

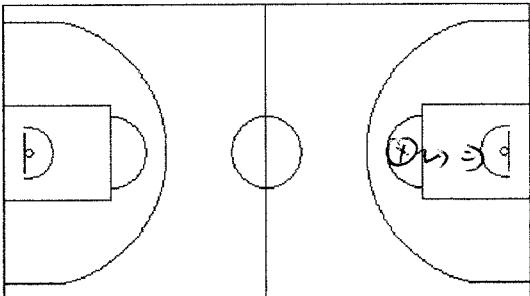


COMITÉ DÉPARTEMENTAL

Equipe : G2014Effectif : 23Date : 21/01/26Durée : 2 heuresThème : Fondamentaux Offensifs + Fondamentaux défensifs + Jeu de relance

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
25'		<p>Echauffement fondamentaux offensifs</p> <p>A1 passeur dribble vers rond central et passe dans le dribble A2 Démarrage et Finition D1 situation aide donc lecture duel</p> <p>Evolution Même chose avec D2 en défense sur A2</p>
25'		<p>Travail Défensif Alexandre Pezard</p> <p>I: TOUCHER JOUEUR → PRESSION SUR LA BALLE EN RESTANT DE FACE</p> <p>II: → ARRÊTER LE DRIBBLE → COMMUNICATION SUR LE CHANGEMENT</p>
25'		<p>Jeu de surnombre à 3 Jérôme</p> <p>3 c2 : Joueur qui perd la balle au tir sort. Courir large dans le trois seu.</p>
25'		<p>Pré-collectif 3c3 Demi + Aller-retour</p> <p>Situation 1 Drive Fond Passe extra passe Situation 2 Drive Middle passe ou backdoor</p>

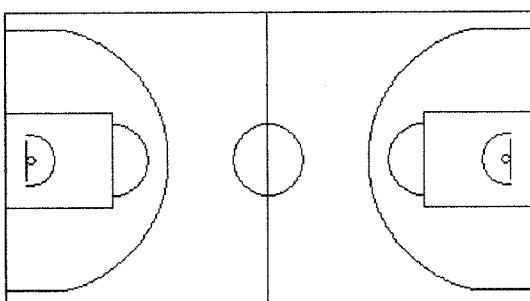
10'



Adresse Qualité

1 Dribble fort sur place et tir.

10'



Adresse Quantité

OBSERVATIONS