



Equipe : G2014

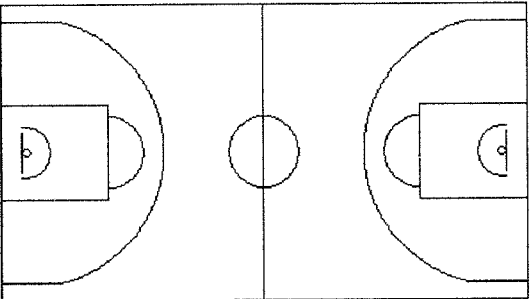
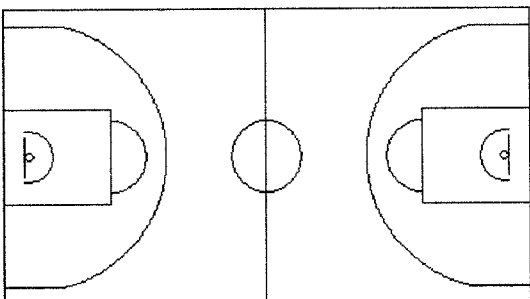
Effectif : 23

Date : 09/02/26 Après-Midi

Durée : 2heures 30

Thème : Défense agressive Porteur / Relance

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
30'		Echauffement fondamentaux Défensifs Alexandre Pezard
30'		Pré-Collectif Sans dribble 3c3 Façon Spurs 1) Sur demi-terrain Les défendre se touchent dans la raquette Au top défenseur peuvent défendre Si bien fait : Evolution sur relance avec dribble
50'		Pré-Collectif 3c3 Demi + Aller-retour Demi sans dribble, relance avec dribble Courir large, dans le hors-jeu Dribbler pour franchir
30'		Adresse Jérôme

30'	 A schematic diagram of a handball court. It shows a rectangular court with a central circle. On each side, there is a goal area (a rectangle with a semi-circle inside) and a larger semi-circular area. Four small semi-circles are positioned outside the court lines, one at each end.	Adresse Jérôme
	 A schematic diagram of a handball court, identical to the one in the first row.	
OBSERVATIONS		