

**Equipe :** G2014

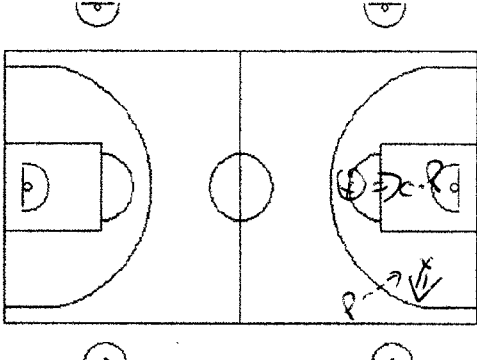
**Effectif :** 23

**Date :** 04/06/26

**Durée :** 2 Heures

**Thème :** Déf non porteur + Situation de relance + Ouverture angle de passe

Durée	Situations - Déroulement	Objectifs - consignes
25'		<p><b>Echauffement Déf non porteur Alexandre Pezard</b></p> <p>1 PASSEUR / 2 ATTAQUANT / 3 DÉFENSEURS.</p> <p>Départ ligne de Fond</p> <p>3 doit couper la ligne de PASSE plus de 6 secondes pour gagner 1 point. Sinon 1 vs 1</p> <p>Evolutions : reb off possible Bonus 3pts</p>
30'		<p><b>Situation relance 3c2 Jérôme</b></p> <p>DEF PASSE A L'ATTAQUANT DANS L'AXE.</p> <p>OBS: Crée un 2c1 AVANT ligne MÉDIANE</p> <p>recherche HORS-JEU.</p>
20'		<p><b>3c2+1 Ouverture angle de passe sur drive</b></p> <p>Situation 1 Drive fond et ouverture</p> <p>Situation 2 Drive middle et ouverture</p> <p>Consignes déf : Communiquer et changer à 3</p> <p>Consignes off : Bouger en même temps de la balle</p>
20'		<p><b>4c3+1 ouverture angle de passe sur drive</b></p> <p>Situation 1 Drive fond et ouverture</p> <p>Situation 2 Drive middle et ouverture</p> <p>Consignes déf : Communiquer et changer à 3</p> <p>Consignes off : Bouger en même temps de la balle</p>

20'		<p>Adresse Jérôme</p> <p>1 Ballon pour 2.</p> <p>5 Tirs chacun.</p> <p>+1 / -1.</p> <p>Si -3 on avance d'un pas</p> <p>Si +5 on recule d'un pas</p> <p>(SCORE cumulé 2 Joueurs)</p>
<b>OBSERVATIONS</b>		