



Equipe : G2014

Effectif : 21

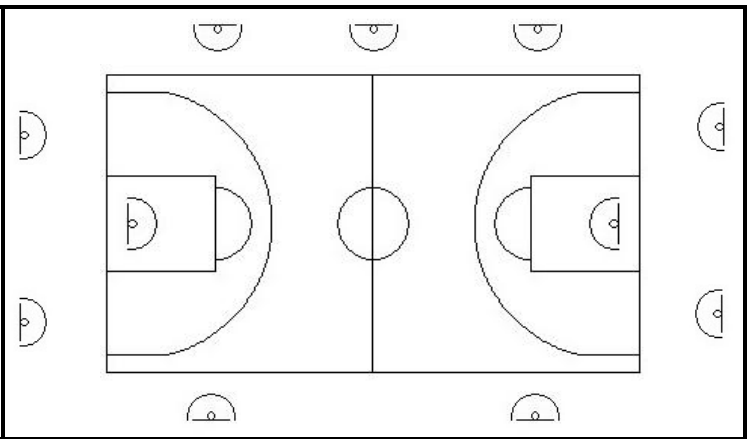
Date : 09/04/26 Matin

Durée : 2h30

Thème : Ouverture angle de passe + W rotation Défensive

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
30'		<p>Ouverture angle de passe</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Drive Fond à 2c1 2) Drive fond à 3c1 3) Drive Middle à 2c1 4) Drive middle à 3c1 <p>Dès que l'attaquant met un pied dans les 3 pts le défenseur peut bouger Si je suis touché avant la raquette je ne peux pas tirer</p>
30'		<p>W rotation défensive Alexandre Pezard à 3</p>
30'		<p>W rotation défensive Alexandre Pezard à 4</p>
30'		<p>Demi + Aller-retour 4c3+1</p> <p>Choix entre drive fond et drive middle autour de la chaise</p> <p>-Ouverture angle de passe selon drive -Lecture sur le 2c1+1 dans l'aile opposé</p> <p>Relance avec retard défensif shooteur</p>

20'



Adresse Qualité
4 tirs et je switch sur TEC

OBSERVATIONS

Empty space for observations.