



Equipe : G2014

Effectif : 21

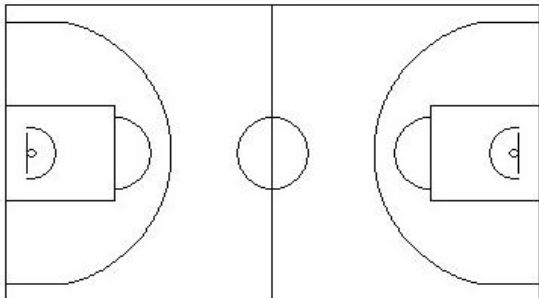
Date : 09/04/26 Après-Midi

Durée : 2h30

Thème : Ouverture angle de passe + W rotation Défensive

Durée	Situations - Déroulement	Objectifs - consignes
30'		<p>Ouverture angle de passe 2 tirs pour 3 joueurs</p> <p>1 passes à 3 = démarquage retour de passe + drive Middle 1 Drive middle + passe à 2 et prend le rebond et donne à la colonne 2 2 en attente à un ballon et fait passe à 3 3 drive middle et pull up puis rebond</p> <p>Evolution : Drive fond et coupe espagnole</p>
30'		<p>Travail Rotation défensive + Replis défensif</p>
30'		<p>Demi + aller-retour 4c3+1</p> <p>-Ouverture angle de passe sur drive -Angle de drive au choix</p>
30'		<p>Demi + Aller-retour 4c4</p> <p>-2 dribbles maximums par joueurs -Mettre de la profondeur dans le jeu -Remplir les corners et le rond central -</p>

30'



Adresse

Travail pour pose d'appuis par 2

- 1) Arrêt Simultané
- 2) Arrêt Alternatif
- 3) Tir après dribble

OBSERVATIONS