



Equipe : G2014 + Jeune TFB

Effectif : 30

Date : 17/06/26

Durée : 1h30

Thème : Fondamentaux Individuels

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
40'		<p>Travail Fondamentaux Individuels Ateliers W Appuies</p> <p>Attitude a réception Travail de feinte (Jab / Tir) Travail Libre sur finition</p> <p>Evolution : Travail Avec le curl</p>
		<p>Ateliers Tirs</p> <p>Travail de quantité Attraper tirer sur arrêt simultané Si groupe impair un joueur au LF</p> <p>Evolution tirer sur arrêt alternatif</p>
25'		<p>Relance surnombre Jérôme</p>
25'		<p>W défensif Alexandre P</p>

**OBSERVATIONS**