



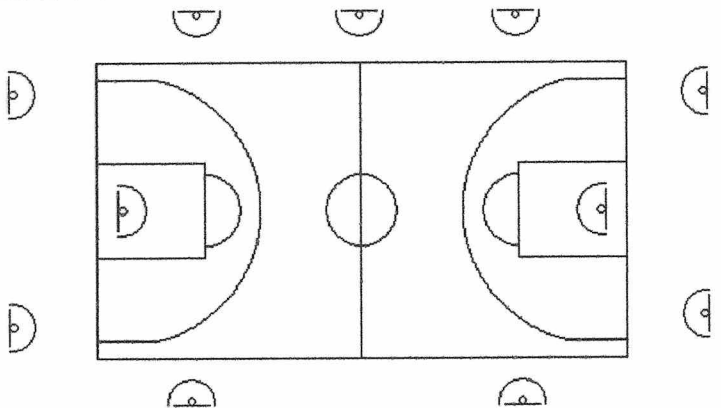
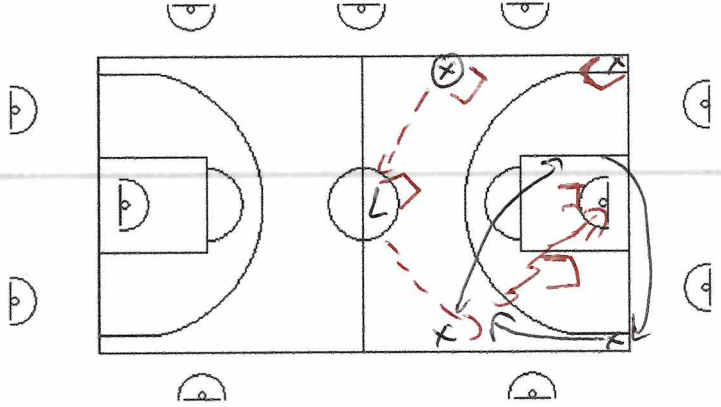
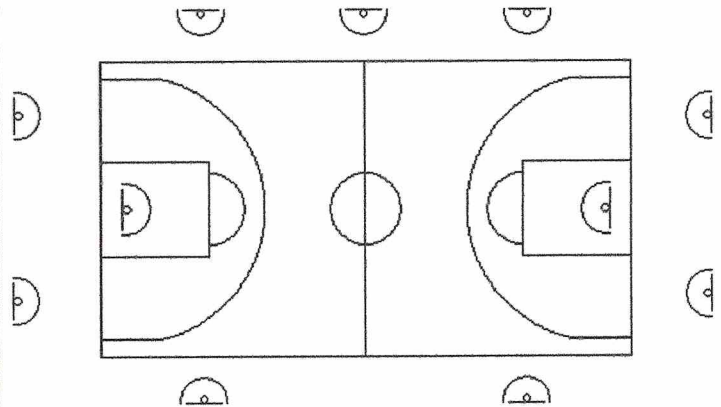
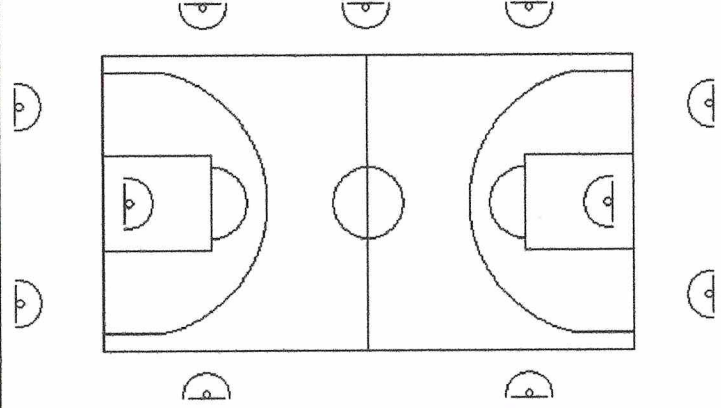
Equipe : G2014

Effectif : 17

Date : 5/09/26 Après-midi

Durée : 15h-16h45

Thème : Echauffement défensif + Relance et adresse

Durée	Situations - Déroulement	Objectifs - consignes
30'		Echauffement Défensif Pezard
45'		Surnombre transition Départ en 5c5 avec ballon dans les mains des défenseurs Obligation de faire 2 passes avant 1c1 depuis les 3 points Recherche situation Drive & Kick après un transfert ou extra passe RELANCE : Ballon dans les mains des défenseurs Milieu de terrain en - de 4 sec
30'		Adresse Jérôme
		

OBSERVATIONS