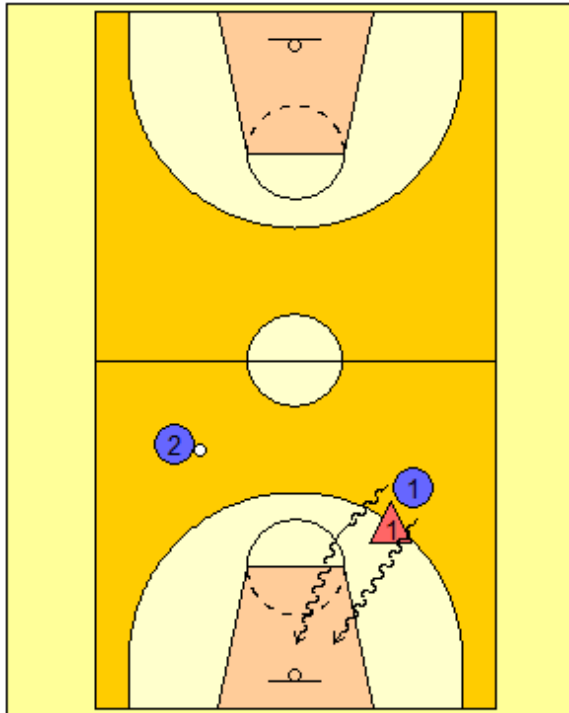


## Sélections 2003 04/10/15



3 colonnes  
1 milieu avec ballon  
1 milieu sans ballon  
1 prolongement lcf sans ballon

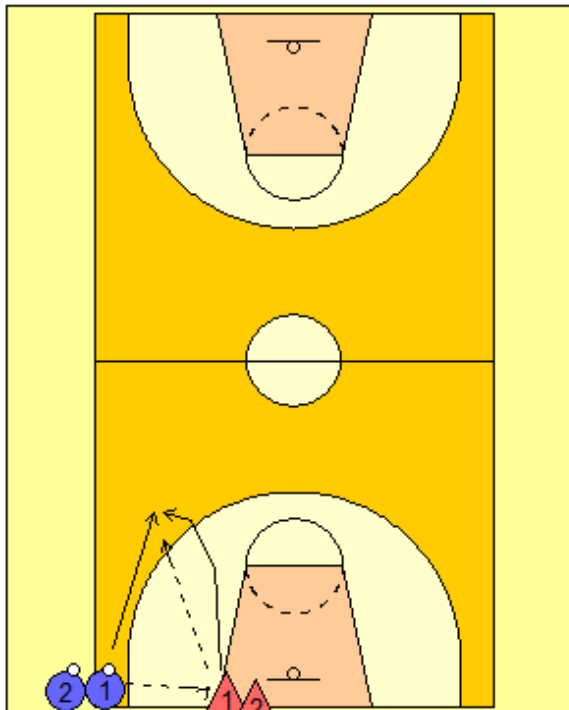
travail de démarquage et de 1c1

prise de contact le pieds le bras bouge quand la balle bouge

1c1 demi terrain

puis 3c0 passe coupe équilibre à l'opposée

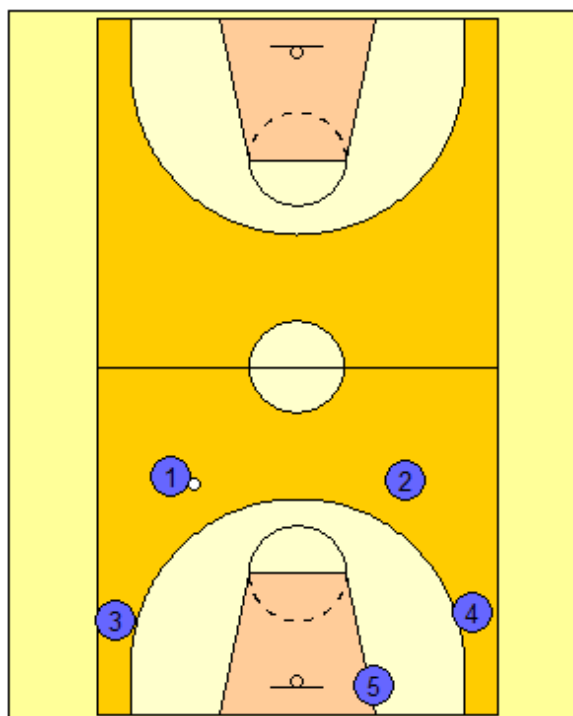
Category Cd 16 Name 2003 041015 Sequence 1 of 3



travail défensif  
1c1 défense porteur

puis 2c2 3c3 4c4 dans les rotations défensives

Category Cd 16 Name 2003 041015 Sequence 2 of 3



Jeu 5c5  
avec 1 intérieur à l'opposée de la balle  
priorité au drive  
passer couper  
attention démarquages

Category Cd 16 Name 2003 041015 Sequence 3 of 3