

-Le joueur X4 passe derrière le plot, change de direction pour remonter et passer au-dessus des 2 plots, va en direction du panier, réception en course double pas à gauche (rappel des appuis et main du tir)

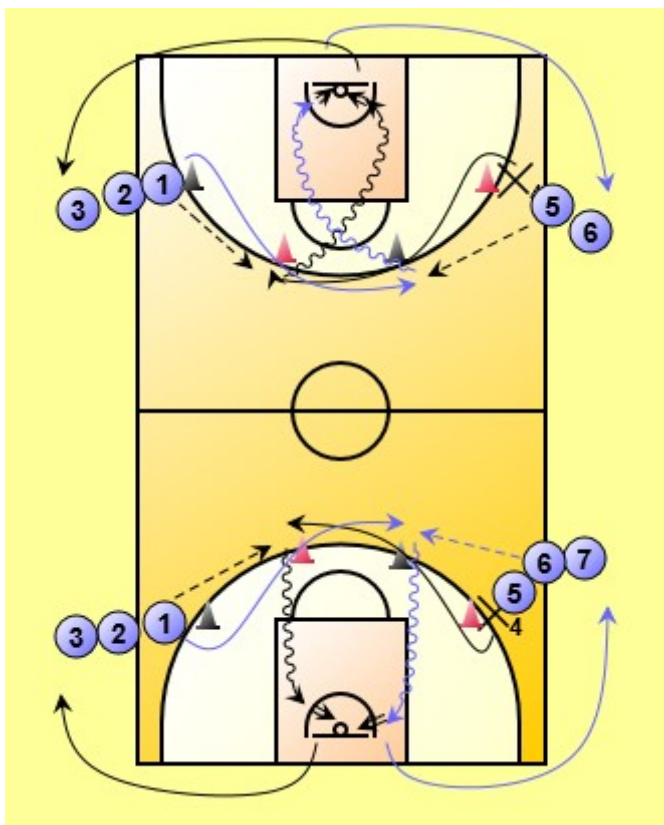
-le joueur après son tir récupère le ballon et change de colonne / le passeur enchaîne pour aller de l'autre côté et recevoir le ballon de 5

-Travail des passeurs/ Protection De Balle / de feinte / Attitude Triple Menace Etc

-Même consignes de déplacement pour X4, mais il reçoit la balle devant le plot

-Réception (arrêts simultanés), départ en dribble croisé à droite au plot rouge, finition possible double pas ou tir en tête de raquette, le passeur enchaîne... départ croisé à gauche au plot gris

### 31-1 TRAVAIL DES DEPARTS EN DRIBBLE EN FONCTION DES APPUIS ALTERNATIFS ENGAGES OU EFFACES



Même consignes de déplacement pour X4, reçoit la balle devant le plot

-Réception (arrêts alternatifs engagés) départ en dribble croisé (main droite pied gauche) à droite du plot rouge / (main gauche pied droit) à gauche du plot gris, finition tir en course ou à mi-distance

-Réception (arrêts alternatifs effaces) départ direct à droite au plot rouge / à gauche au plot gris

-Réception (arrêts alternatifs effaces) départ en dribble croisé à droite au plot rouge / à gauche au plot gris, finition tir en course ou à mi-distance

-Réception (alternatifs engagés) et départ en dribble direct (main droite pied droit) à droite du plot rouge / (main gauche pied gauche) à gauche du plot gris

### 31-2 MÊME ORGANISATION TRAVAIL SUR LE JEU SANS BALLON