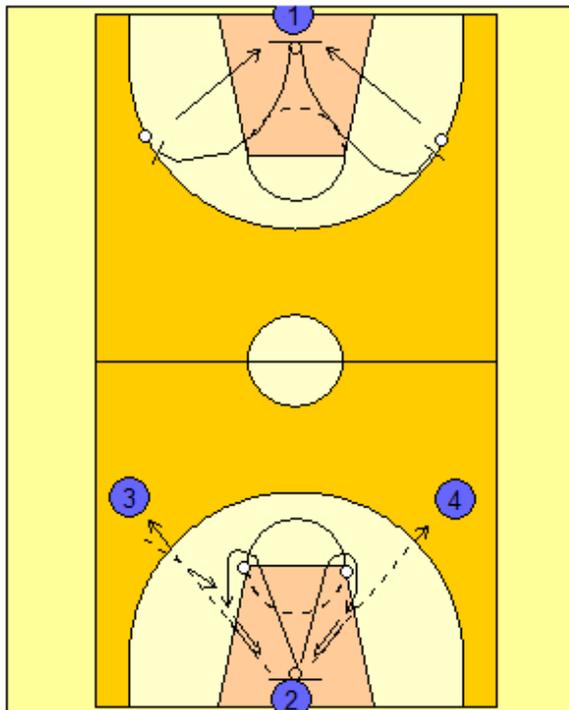


Section P.Bodet



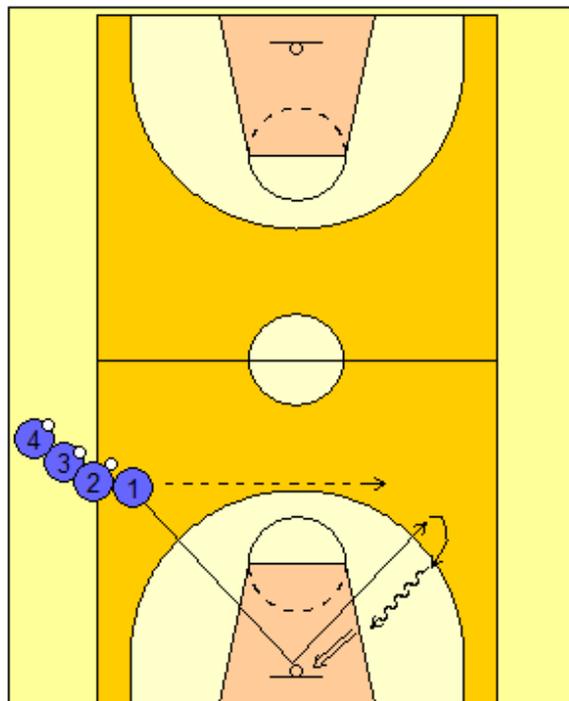
Haut
reprise de joueur
départ sous le cerce sprint course courbe pour orientation
multiplier les appuis, up foot.
course arrière puis idem de l'autre côté

Bas
continuité de tirs en course
2 passe à 3 et contourne le plôt
3 passe à 2 pour tir en course sans dribble
puis idem avec avec 4

milieu corde

côté pompes

Category Cd 16 Name Séance 28 Sequence 1 of 2



travail d'appuis sous forme de fontaine

sur la sortie de balle capter face au passeur et dans le mouvement du capté de balle effacer pour attaquer la ligne de fond.
Tomber sim pour engager un appuis vers l'axe
Tomber sim pour engager un appuis vers l'axe
puis revenir ligne de fond

D et G

puis jeu 4c4 continuité sans dribble

Category Cd 16 Name Séance 28 Sequence 2 of 2