

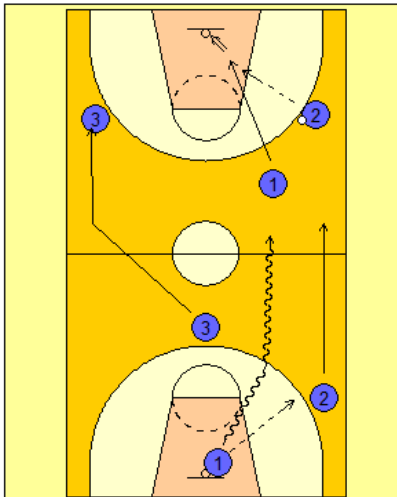
Dribbling m D puis m G.
dribbler faire le tour des cercles avec la main qui touche le cercle

NA

entre les cercles dribbles ds le dos, entre les jambes, inventer...

retour mm type de dribble tomber sim tir ext 45° sur chaque panier.

Category Cd 16 Name Séance 11 Sequence 1 of 3



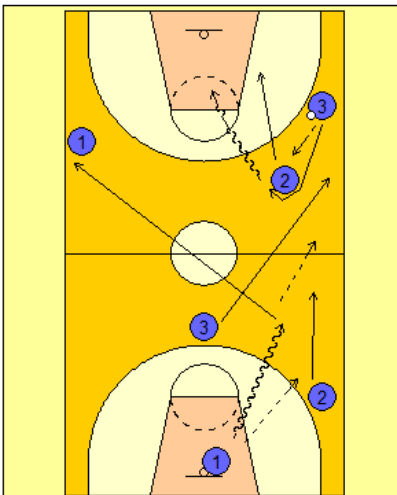
sur situation de course au tour d'1 tireur.
Organisation de la sortie de balle

soit par la passe soit par le dribble

arriver avec 1 ailier porteur de balle et 1 arrière sur le mm 1/4 de terrain le 3ème à 45° à l'opposé

Jeu de passe dans la course de 1

Category Cd 16 Name Séance 11 Sequence 2 of 3



idem

retour de passe et main à main.

finir sur du 3c3 jusqu'à 1 panier

Category Cd 16 Name Séance 11 Sequence 3 of 3