

Si, pendant les vacances, tu veux travailler le départ direct

Essaie de faire comme sur les photos...

Bien travailler à droite et à gauche... Le premier dribble est extérieur à l'appui



Départ direct à gauche: j'engage le pied gauche avec dribble main gauche

Départ direct à droite: j'engage le pied droit avec un dribble main droite



Amuse-toi bien...