



Exercice : 1 contre 2 avec passeur fixe

Matériels : 1 ballon, 2 plots, 5 joueurs (1 attaquants, 2 défenseurs, 2 passeurs)

-Déroulé: A (avec ballon) et B partent de la ligne de fond. Ils vont faire le tour des plots. C En défense.

A passe le ballon à B et devient défenseur avec C. B joue le 1 contre 2 avec les 2 passeurs qui sont eux fixe.

Consignes : B peut dribbler jusqu'à sa 1ere passe. Marquer le panier.

Conseils : Avoir des appels et des courses tranchantes (Run and stop)

