

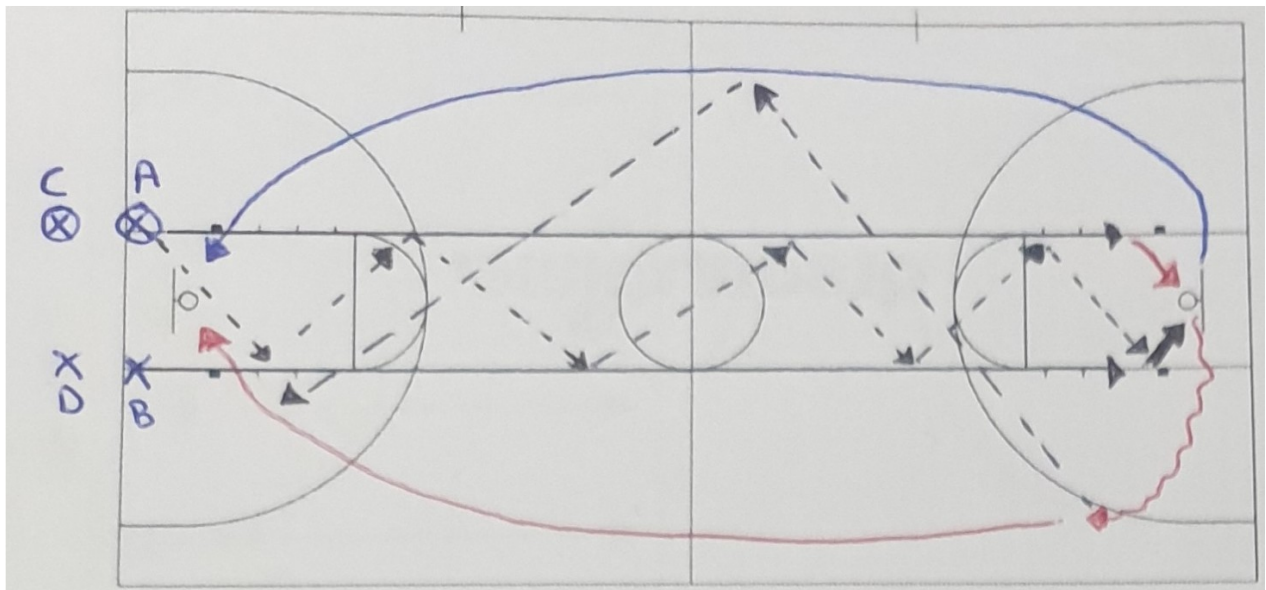


Exercice 5 : Enchaînement de passes en mouvement

Consignes : 2 colonnes de joueurs dont une avec ballons derrière la ligne de fond.

-A l'aller, les joueurs se font des passes dans le couloir intérieur (tir à l'arrivée) ; au retour, les joueurs se font des passes par dessus le couloir intérieur (tir à l'arrivée) ; A et B reviennent en passes pendant que C et D partent dans le couloir central.

Remarque : les passes de retour sont des passes à deux mains au dessus de la tête.



#U13 #U15 #U18 #senior #Passe #Cibleenmouvement #Précision #Apprentissage
#Perfectionnement