



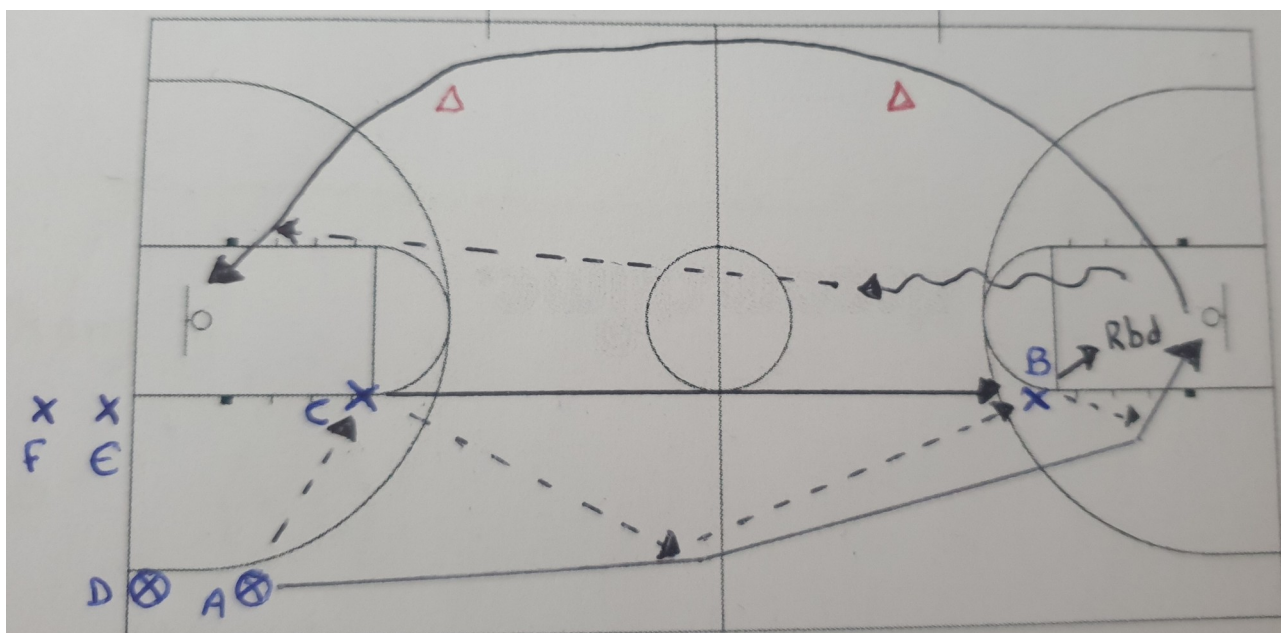
## Exercice 9 : Enchaînement de passes en mouvement

Consignes : 2 passeurs B et C, 1 colonne de joueurs derrière la ligne de fond, 2 joueurs avec ballon (A et B) ; 2 plots.

-Le premier joueur A fait la passe au premier passeur C, longe la ligne de touche, reçoit la passe de retour, passe la balle au deuxième passeur B qui lui remet pour qu'il tire en course. Après son tir, A sprinte le long de la ligne de touche opposée et reçoit une longue passe de B qui a pris le rebond et est parti en dribbles. B suit sa passe, prend à nouveau le rebond et enchaîne. D quant à lui rentre en jeu dès que A a déclenché son tir (D passe à E, etc.).

Rotations : E - C - B - A, puis F - E - C - D, puis G - F - E - B, etc.

Variantes : Varier le type des passes utilisées : directes, à terre, etc.



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