

ATELIER NUMERO : 1

DATE : 5/9 ET 7/9

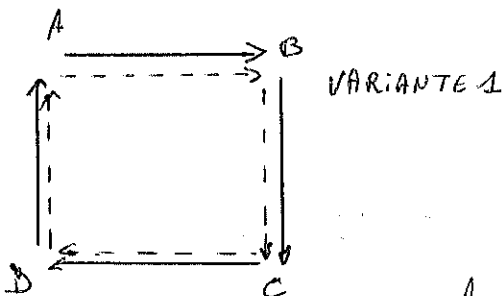
EXERCICE COERVER
Par Olivier u10/11, Eric u12/13

REVISION DES 12 GESTES
PREVUS AU PLAN
D'APPRENTISSAGE

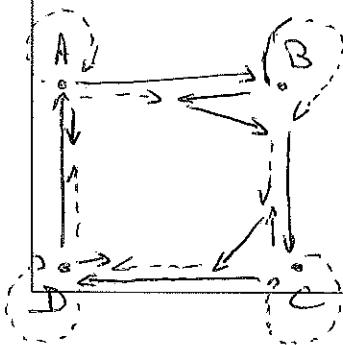
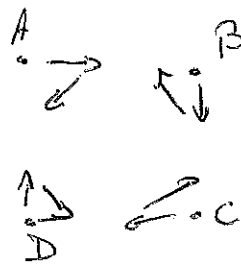
Description :

Matériel :
Gestes utilisés :

Thème : PASSES 15m U10/11 ET PASSES 20m U12/13 (PASSES MI-LONGUES)
Par Arthur u10/11, Quentin u12/13



VARIANTE 2
RAJOUTER 1/2 => D



VARIANTE 3
FAIRE TOUR DU PLOU
AVANT RECEVOIR 1/2

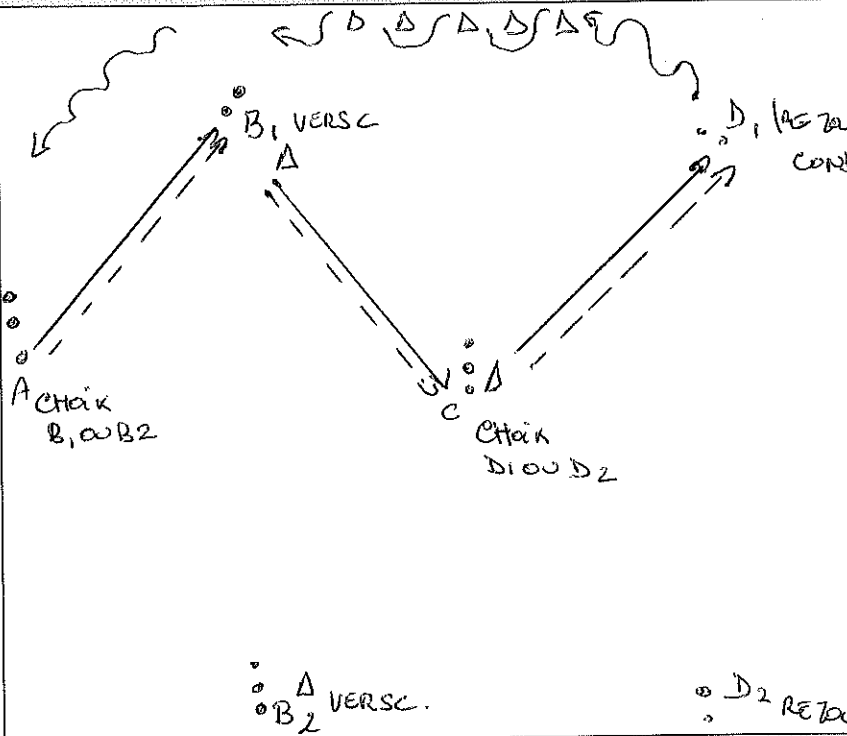
Description :

PASSER SUIVRE
SUR PASSES
MI-LONGUES (2 CARRES)

Matériel : 4 PLOTS
PAR CARRE (8 PLOTS)

Coaching : PIED D'APPOIS
→ DIRECTION
PASSE INT. DU PIED.
ET PASSE APPUYEE

Thème : CONTRÔLE DE BALLE AU SOL SUR PASSE MI-LONGUE
 Par Paulo u10/11, Bayou u12/13



Description :
 PASSER SUIVRE
 CONTRÔLE ORIENTE,
 CHOIX PUIS CONTRÔLE
 ORIENTE AVANT PLOT,
 GESTE COERNER AVANT
 DE DONNER (EUITER PLOT)

Matériel : CÔNES, BALLONS.

Coaching : AVANCE VERS LE BALLON
 / PETS LE DS LA BONNE
 CHOIX B2 RETOUR CHOIX B2
 DIRECTION

Forme de match
 Par Matthieu u10/11, Marc u12/13

AU CHOIX

Description :

Matériel :

Coaching :