

CORNER DEF



Marquage individuel

Dégagez de le ballon de notre surface,
vigilance au second ballon !

A la récupération aller très vite vers l'avant



Marquage Individuel : / / /

Marquage en zone sans marquage : /

A la récupération joué très rapidement sur les côtés ou l'avant

Distance de Bras/Position de 3/4

CPA DEF

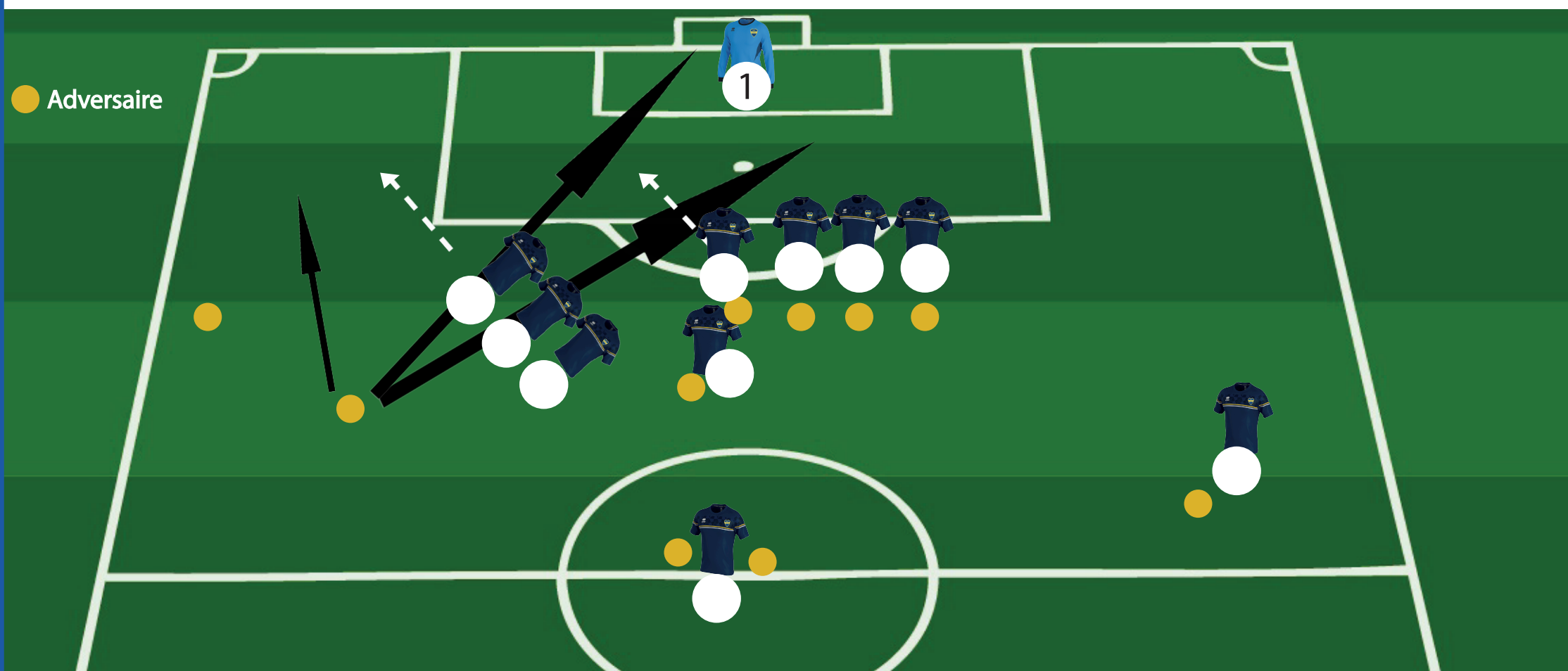


1/2/3 joueurs au mur en fonction de l'endroit du CF (à la demande du gardien)

Si le gardien demande 1 ou 2 je souhaite avoir 3 joueurs devant

5 joueurs au marquage dont 1 à la retombée

1 joueur du mur sort si ça joue à 2 sur le côté et 2 à 3 joueurs qui restent devant (en fonction du nb de joueurs dans le mur)



Marquage Individuel : / / / / / /

Dans le mur : / / (Homme du mur :)

Si ça joue à deux, le bloc coulisse en gardant son marquage

Distance de Bras/Position de 3/4