

CORNER OFF



- 1) Tirer fort au 1er poteau / Point de pénalty
- 2) Jouer à 2 et tirer fort en direction des 5m50 (suivre !!!)

Corner Gauche :

Corner Droit :

Starter Descente du Bras pour centrer

Starter Descente du Bras à mi-hauteur pour jouer à 2

Penalty :

○ : Le tireur ou prendre la place du ○



● Adversaire

Partir à l'entrée de la surface de réparation

○ : Au marquage

○ : En couverture

..... : Trajectoire 1er poteau/point de pénalty
..... : Second poteau
..... : Trajectoire 2ème poteau/point de pénalty

..... : Dans les six mètres alignement poteau
..... : Reste à la récupération
..... /..... : Trajectoire point de pénalty

CPA OFF



Si **proche de la surface adverse** privilégié :
Direct ou Combinaison avec attaquant et latéral, sinon centrer

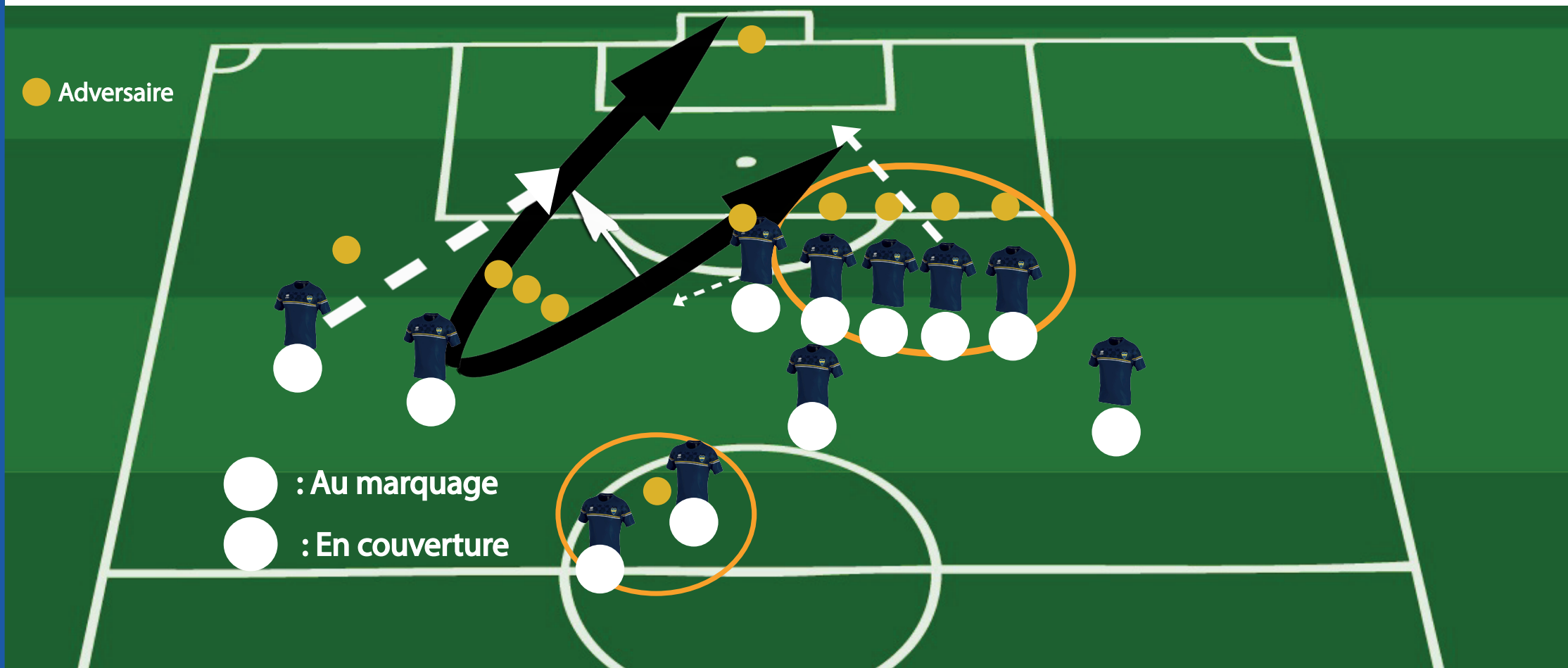
Coup franc Gauche :

Coup franc Droit :

1) Starter Descente du Bras pour centrer

2) Starter Descente du Bras à mi-hauteur pour jouer à 2

3) Pas de Starter pour frapper direct



.... / / / : Trajectoire point de pénalty

.... : Trajectoire Second poteau

.... : Trajectoire 2ème poteau/point de pénalty

.... : Reste à la récupération au 18 mètres

.... : Reste à la récupération au 25 mètres

.... : Marquage / : Couverture