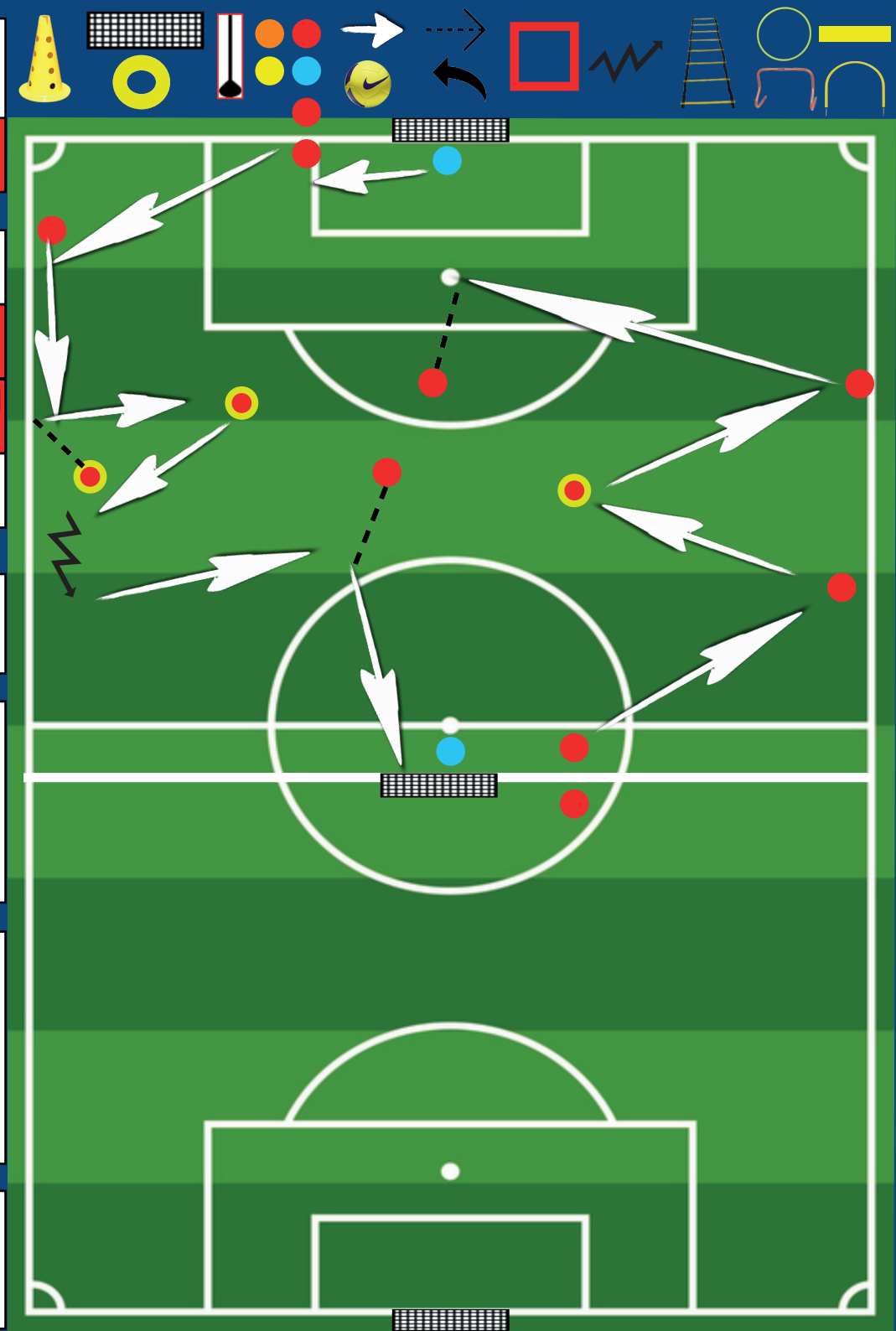
Thème : Circuit de balle			U18
ECHAUFFEMENT	JEU	SITUATION	EXERCICE

TIR AU BUT	TRANSITION DEF / OFF	EGALITE NUMERIQUE	GERER UNE INFERIORITE EN ATTAQUE	GERER UN SURNOMBRE EN ATTAQUE
CENTRE	TRANSITION OFF / DEF	PRESSING	FEINTE & DRIBBLES	AMELIORER LES PRISES DE BALLE
CIRCUIT	OCCUPER L'ESPACE	LA PASSE	CONDUITE DE BALLE	PRENDRE L'INFORMATION AVANT DE RECEVOIR
DEFENSIF	CHANGER DE RYTHME	JOUER DANS LE DOS DE LA DEFENSE	PREP PHYSIQUE INTEGRÉ	GARDER LE TEMPS D'AVANCE

Objectifs	Améliorer les circuits sous forme de jeu court
But	Marquer = 1 pt
Consignes	Réaliser les deux circuits. Circuit court partant du gardien, venir chercher jouer face à soi, centre au sol obligatoirement. Etre orienté, limité le nombre de touche.
Variantes	Remise en 1 touche pour les joueurs cibles