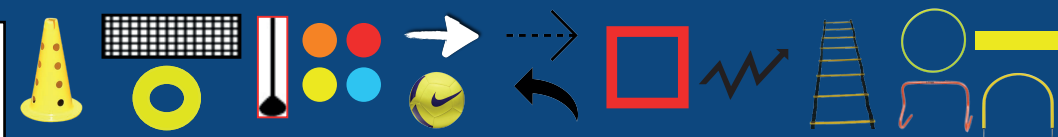


Thème : Marquer			U18
ECHAUFFEMENT	JEU	SITUATION	EXERCICE



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 INTEGRE	GARDER LE TEMPS D'AVANCE

Objectifs	Amélioration de la finition dans la zone de finition
------------------	--

But	Marquer : 1 pt Créer un concours entre les deux attaquants à chaque passage.
------------	--

Consignes	Travail au poste 4 frappes chacun. Possible entre 3 à 9 joueurs + 1 ou 2 GDB Bleu comme violet font le circuit, jaune recupère le ballon. Ballon toujours au sol (sauf frappe) chercher la zone accesible pour marquer. GDB doit sortir pour empecher l'attaquant de marquer. Enchainement rapide !!!
------------------	---

Variantes	Rotation entre les groupes (faire l'atelier à droite & gauche)
------------------	--

