



A P E R SÉ R A N C E





CORNER OFF

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

 \bigcirc : Le tireur ou prendre la place du \bigcirc

Corner Gauche:

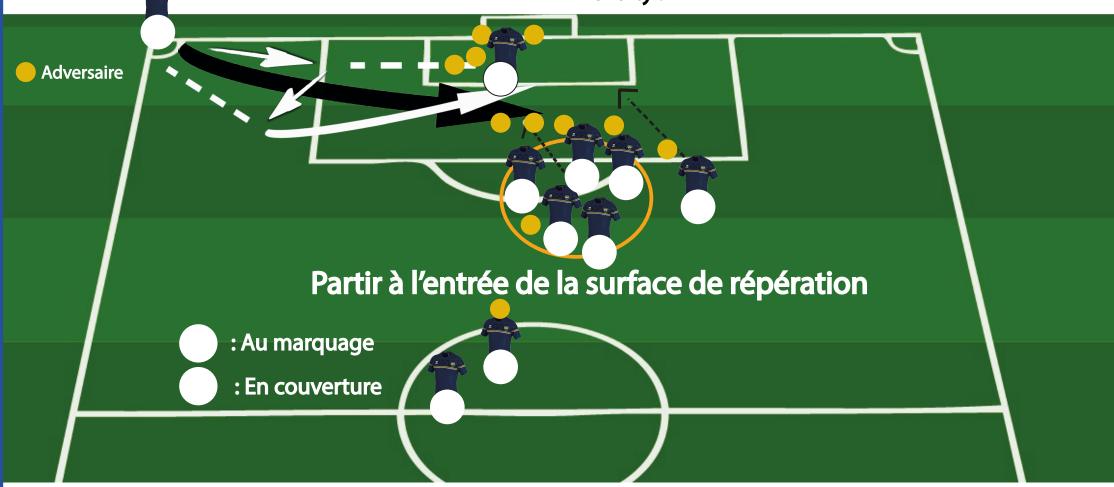
Corner Droit:

Starter Descente du Bras pour centrer

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

ASNC

Penalty:



....: 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 :

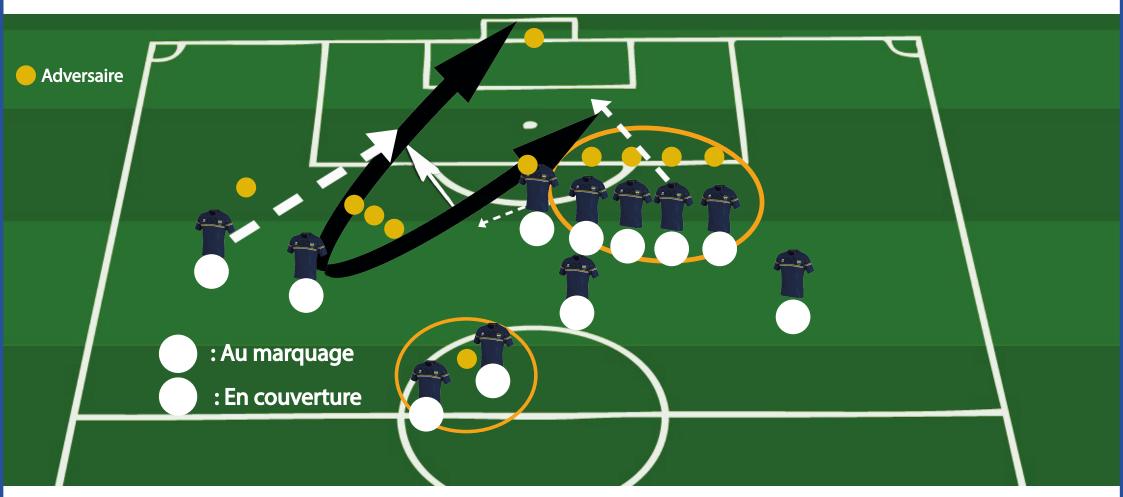
Direct ou Combinaison avec attaquant et latéral, sinon centrer

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

ASNC

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

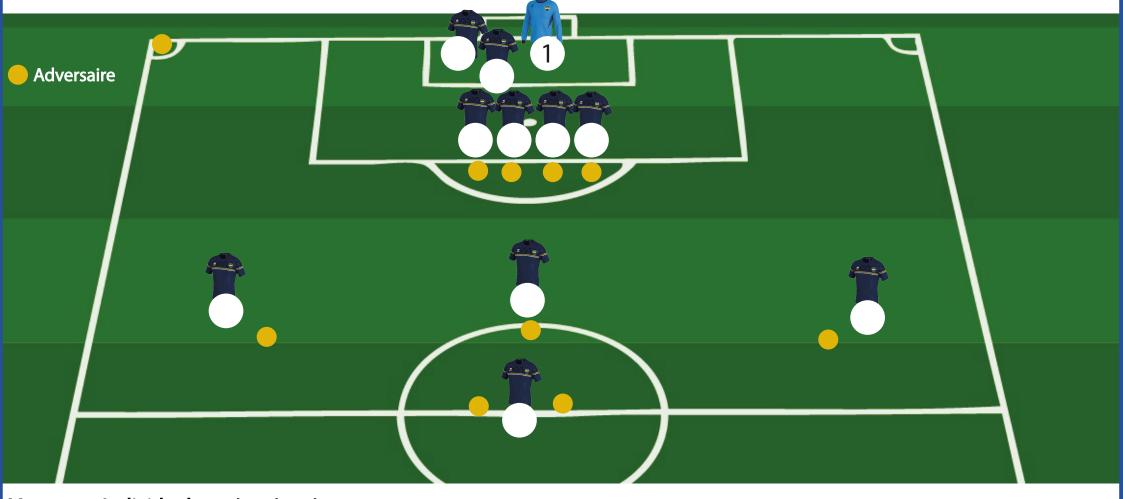
....: Marquage /: Couverture

CORNER DEF

Marquage individuel

Dégagez de le ballon de notre surface, vigilance au second ballon! A la récupération aller très vite vers l'avant

ASNC



Marquage Individuel: / / / / / / A la récupération joué très rapidement sur les côtés ou l'avant

Distance de Bras/Position de 3/4

CPA DEF

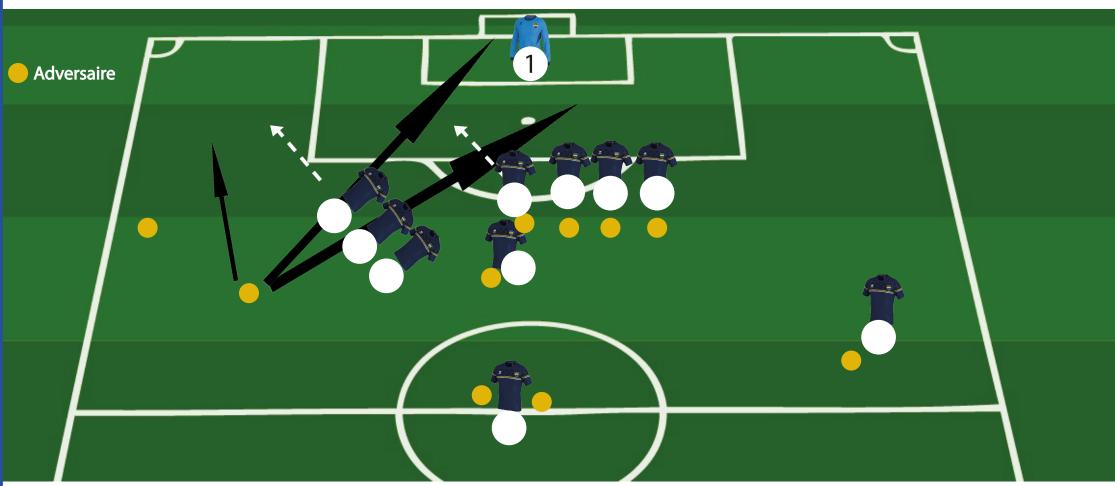
1/2/3 joueurs au mur en fonction de l'endroit du CF (à la demande du gardien)

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 :)

Distance de Bras/Position de 3/4

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