



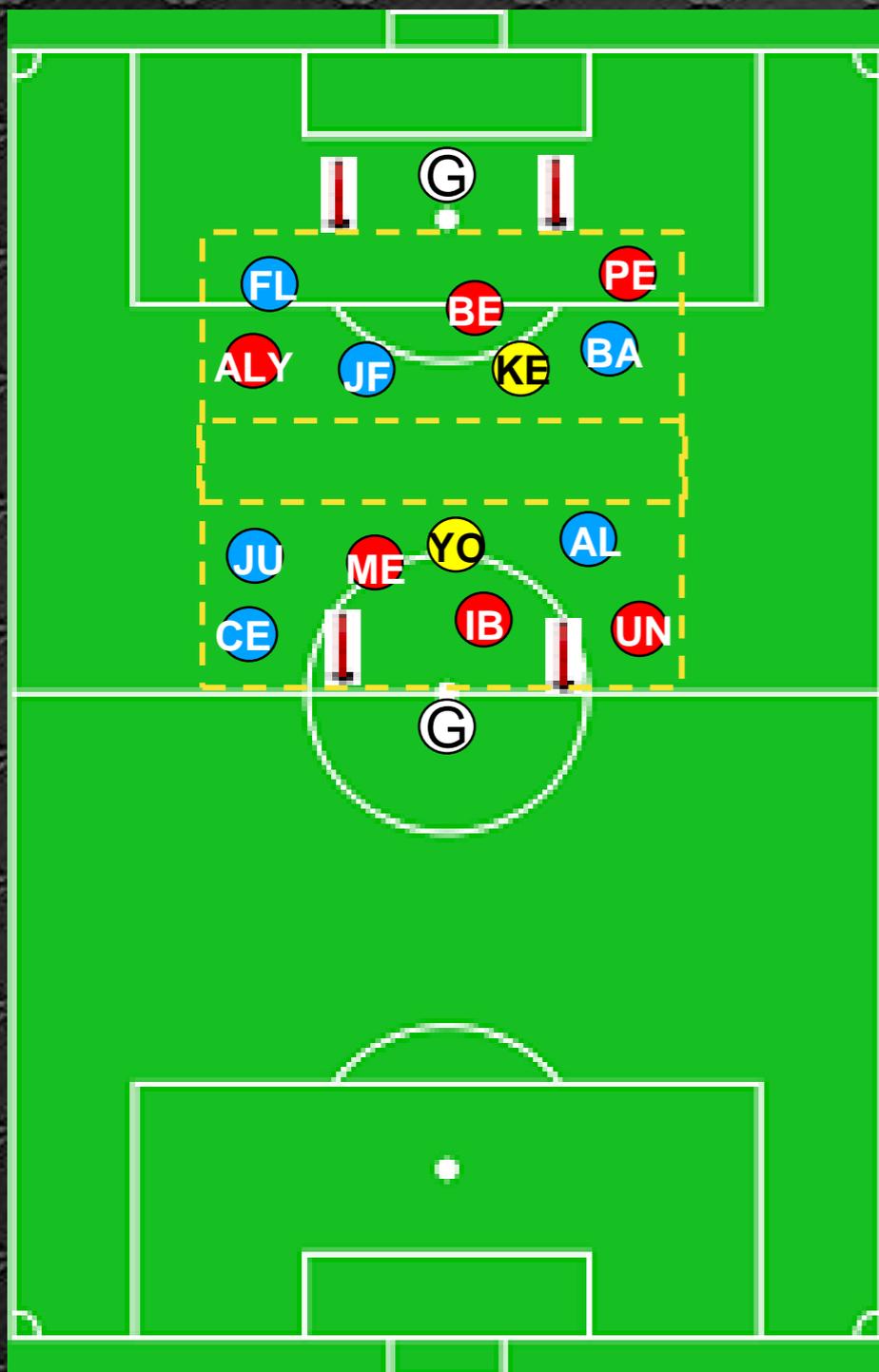
FOOT A 11 – U18 R1

VENDREDI 11/10/2019

14+2

MET	<b>Jeu entre les lignes / intervalles</b>
18H45-19H20	<b>Améliorer jeu entre les lignes</b>

	0		4		0		6		6		2		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---



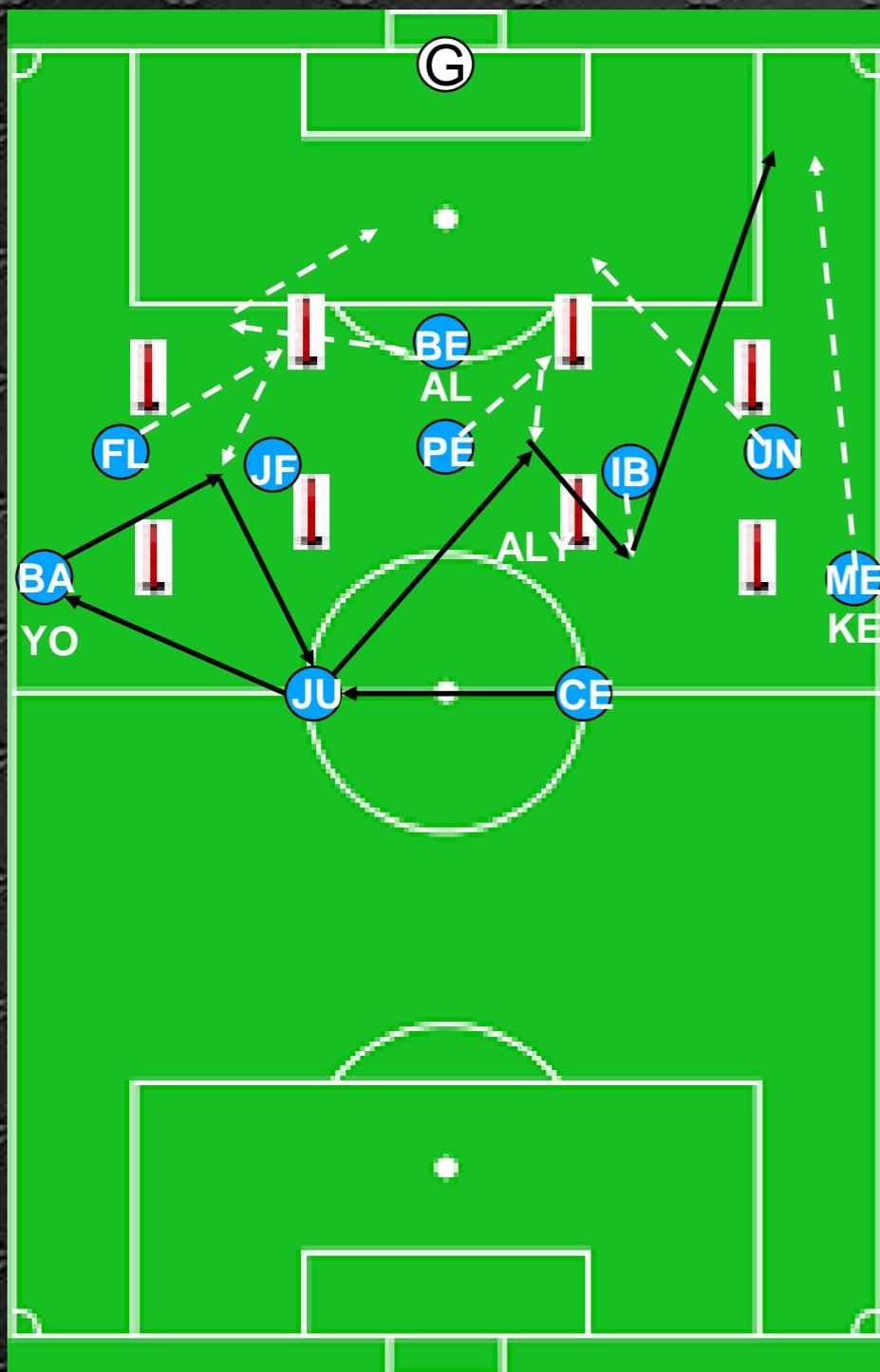
<b>BUT</b>	Aller-retour=1pt	
<b>CONSIGNES</b>	<p><b>MET Adaptatif:</b>          Mise en train adaptatif          Un/deux ballons par couleurs:          - libre - 2 tchs - +8mètres - entre deux joueurs  <b>V2/ 6vs6+2JK+2GB</b></p> <p>Joueurs fixes dans zone (3vs3+1jk)          Réaliser une passe par zone minimum avant de jouer avec GB          Zone médiane interdite  <b>V3/ 7vs7 +2GB (2-3-2)</b>          Déplacements libres</p>	
<b>VARIANTE(S)</b>		
<b>VEILLER À</b>	<u>Cpt Indiv</u> Prise d'infos verticale Qualité passes Démarquage	<u>Cpt collectif</u> Être sur différentes lignes de passe Complémentarité des déplacements

NOE LENNY	CEDRIC YOHAN MEHDI BABOU JULEN	PEIO IBAN JULEN F ALYA	UNAI KEVIN BENZE FLO ALFA
2	5	4	5



EXERCICE	Jeu entre les lignes / intervalles
19H20-19H45	Améliorer jeu entre les lignes

	0		8		0		6		6		2		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---



BUT	Réaliser le circuit le plus rapidement possible sans erreur technique en étant dans les bons temps au niveau des déplacements	
CONSIGNES	Deux passages par coté	
VARIANTE(S)		
VEILLER À	<p><b>Cpt Individ</b></p> <p>Passes au sol appuyées dans les intervalles</p> <p>Passes dosées sur remise</p>	<p><b>Cpt collectif</b></p> <p>Appels effectués dans les bons temps (pas de retard n'y d'avance)</p>

NOE LENNY	CEDRIC YOHAN MEHDI BABOU JULEN	PEIO IBAN JULEN F ALYA	UNAI KEVIN BENZE FLO ALFA
2	5	4	5



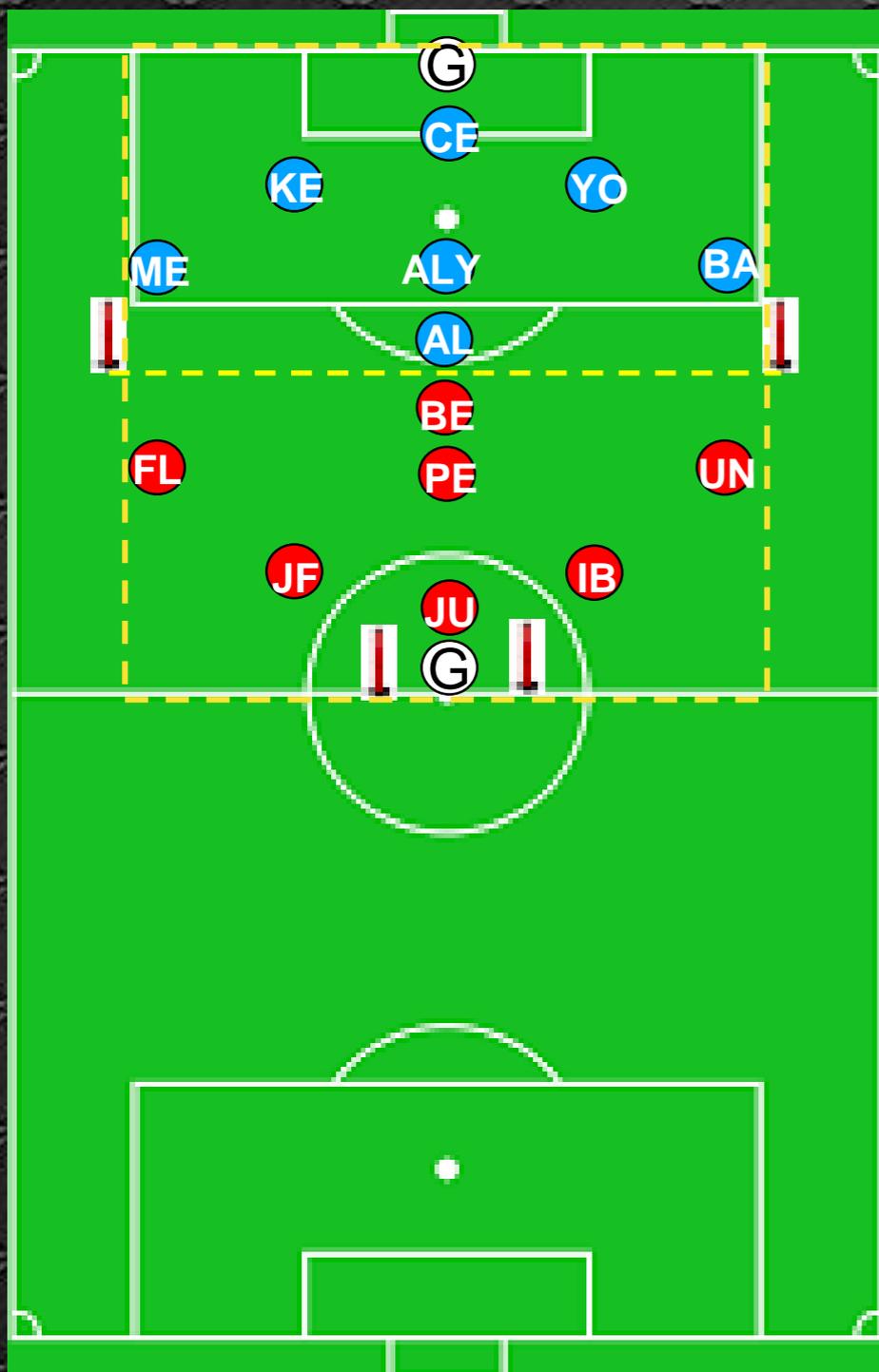
FOOT A 11 – U18 R1

VENDREDI 11/10/2019

14+2

MET	<b>Jeu entre les lignes / intervalles</b>
19H45-20H10	<b>Améliorer jeu entre les lignes</b>

	0		4		0		7		7		0		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---



<b>BUT</b>	<p>Marquer=1pt          Marquer avec avant-dernière ou dernière passe de déséquilibre entre deux joueurs adv=3pts</p>		
<b>CONSIGNES</b>	<p><b>7vs7+2gb (1-2-3-1)</b>  <u>V1/</u>          Deux tchs zone défensive/transition libre          Libre zone offensive          Jeu aérien interdit  <b>2x5min</b></p> <p><u>V2/</u>          Consignes:          Libre sauf jeu aérien interdit  <b>2x7min</b></p>		
<b>VARIANTE(S)</b>			
<b>VEILLER À</b>	<u>Cpt Indiv</u> Prise d'infos verticale Qualité passes Démarquage	<u>Cpt collectif</u> Complémentarité des déplacements	
NOE LENNY	CEDRIC YOHAN MEHDI BABOU JULEN	PEIO IBAN JULEN F ALYA	UNAI KEVIN BENZE FLO ALFA
2	5	4	5