



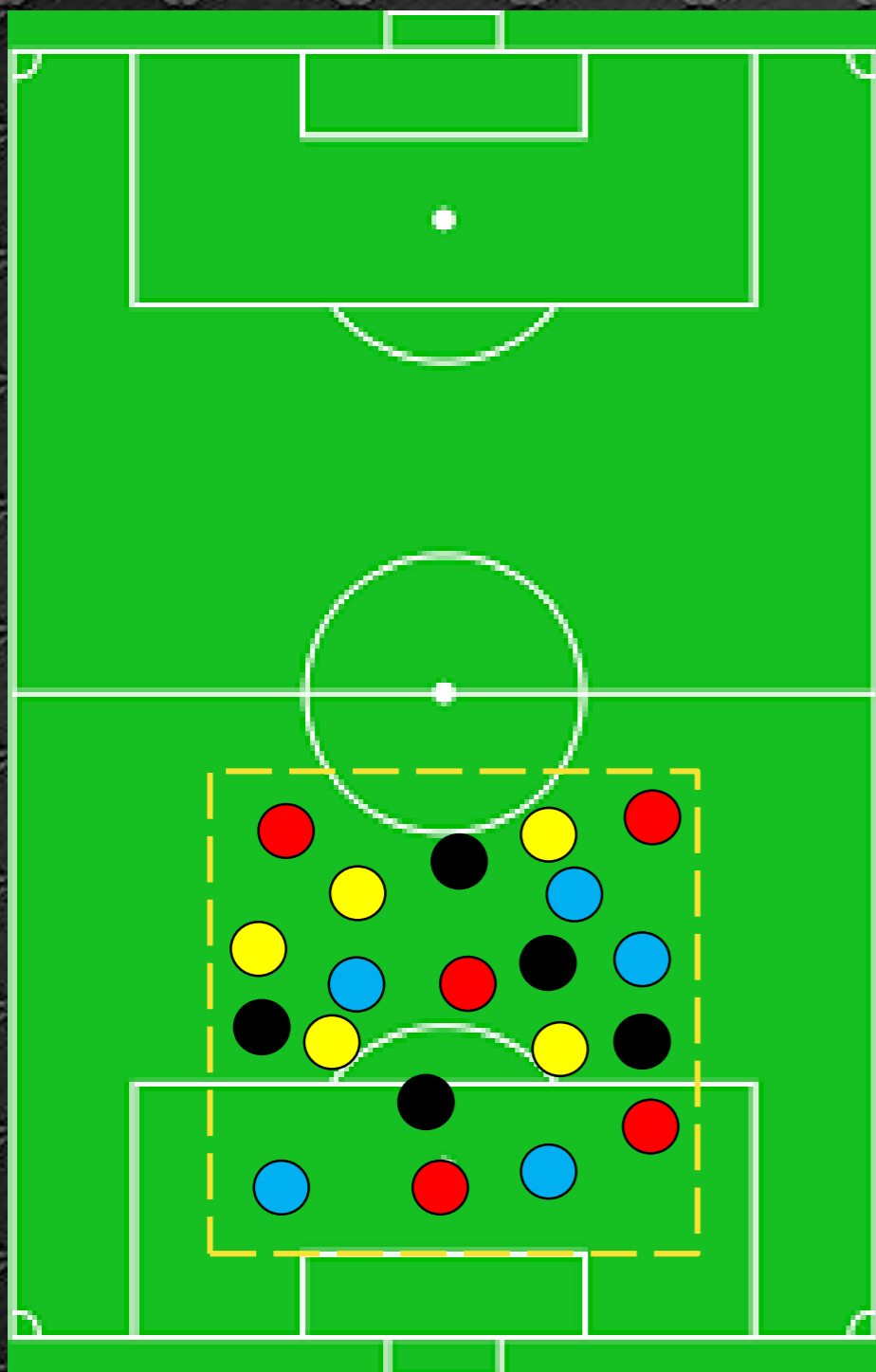
FOOT A 11 – U16 R1

VENDREDI 04/12/2020

18+2

MET	Technique individuelle
18H45-19H05	x

	0		0		0		5		5		5		5		0
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---

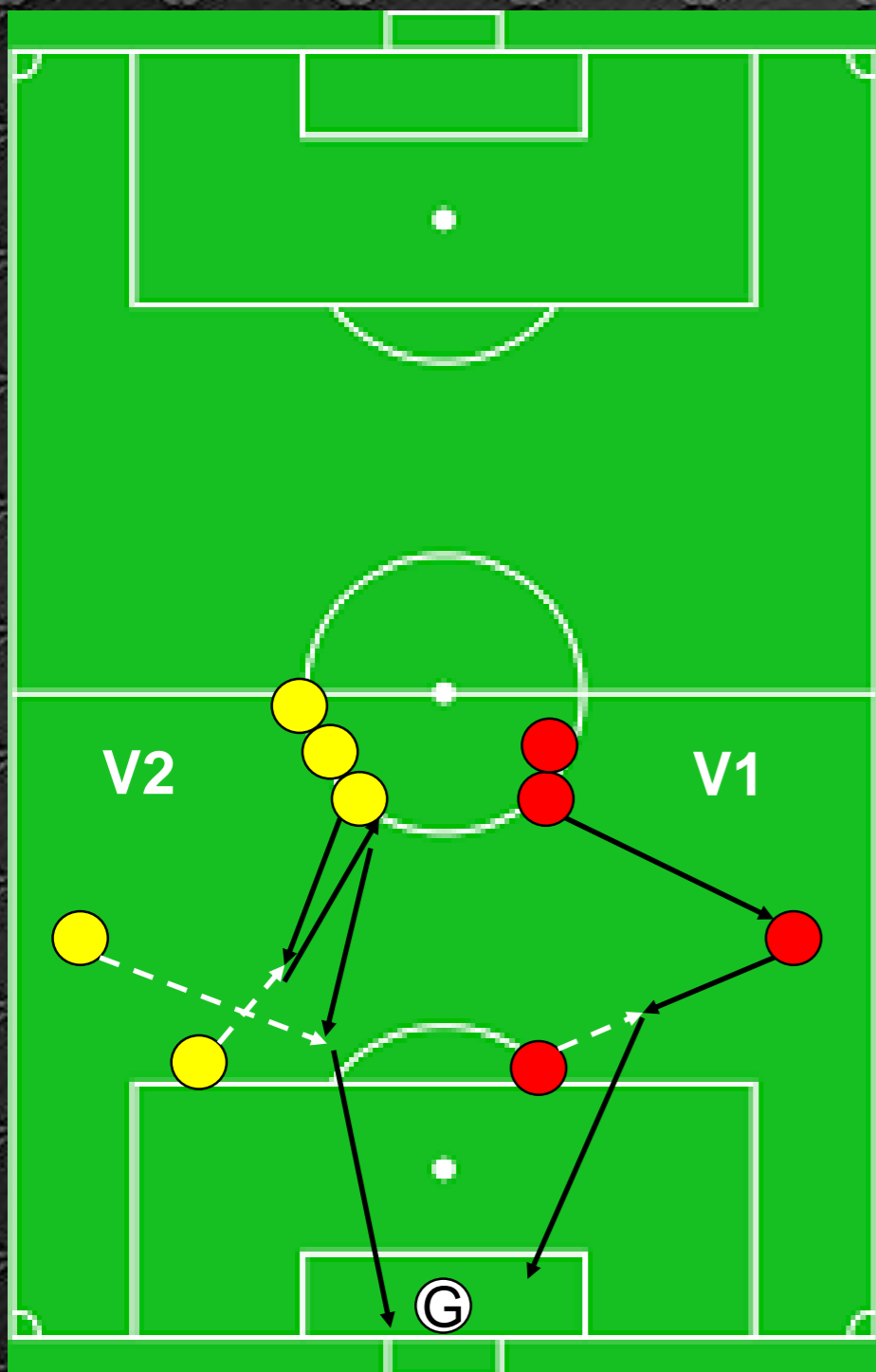


BUT	Préparer corps effort		
CONSIGNES	4 grp 5 joueurs Un ballon / grp Adaptatif - Gamme athlé – 2tchs – 1 tchs – Une/deux		
VARIANTE(S)			
VEILLER À	<u>Cpt attendu Indiv</u> Être en mvment Prise infos lointaine Solution porteur	<u>Cpt attendu collect.</u> Coordination déplacement	
KYLIAN ENEKO	ENZO GABI MATEO JULEN OIHAN FARID HUGO IBAN	ROMAN LEONEL RAMOS NOA	SACHA THOMAS VICTOR UGO MAEL BIX
2	8	4	6



ATELIER 1	Technique individuelle
19H05-19H30	x

0
 0
 0
 5
 5
 5
 5
 0



BUT	Marquer = 1pt	
CONSIGNES	Variante 1 Passe et suit – finition en 2 tchs 5min Circuit Gauche / 5min Circuit Gauche Variante 2 Passe et suit - finition en 2 tchs 5min Circuit Gauche / 5min Circuit Gauche	
VARIANTE(S)		
VEILLER À	<u>Cpt attendu Individ</u> Passe claquée/dosée Technique finition	<u>Cpt attendu collect.</u> Synchronisation passeur receveur
KYLIAN ENEKO	ENZO GABI MATEO JULEN OIHAN FARID HUGO IBAN	ROMAN LEONEL RAMOS NOA
SACHA THOMAS VICTOR UGO MAEL BIX		
2	8	4
		6



FOOT A 11 – U16 R1

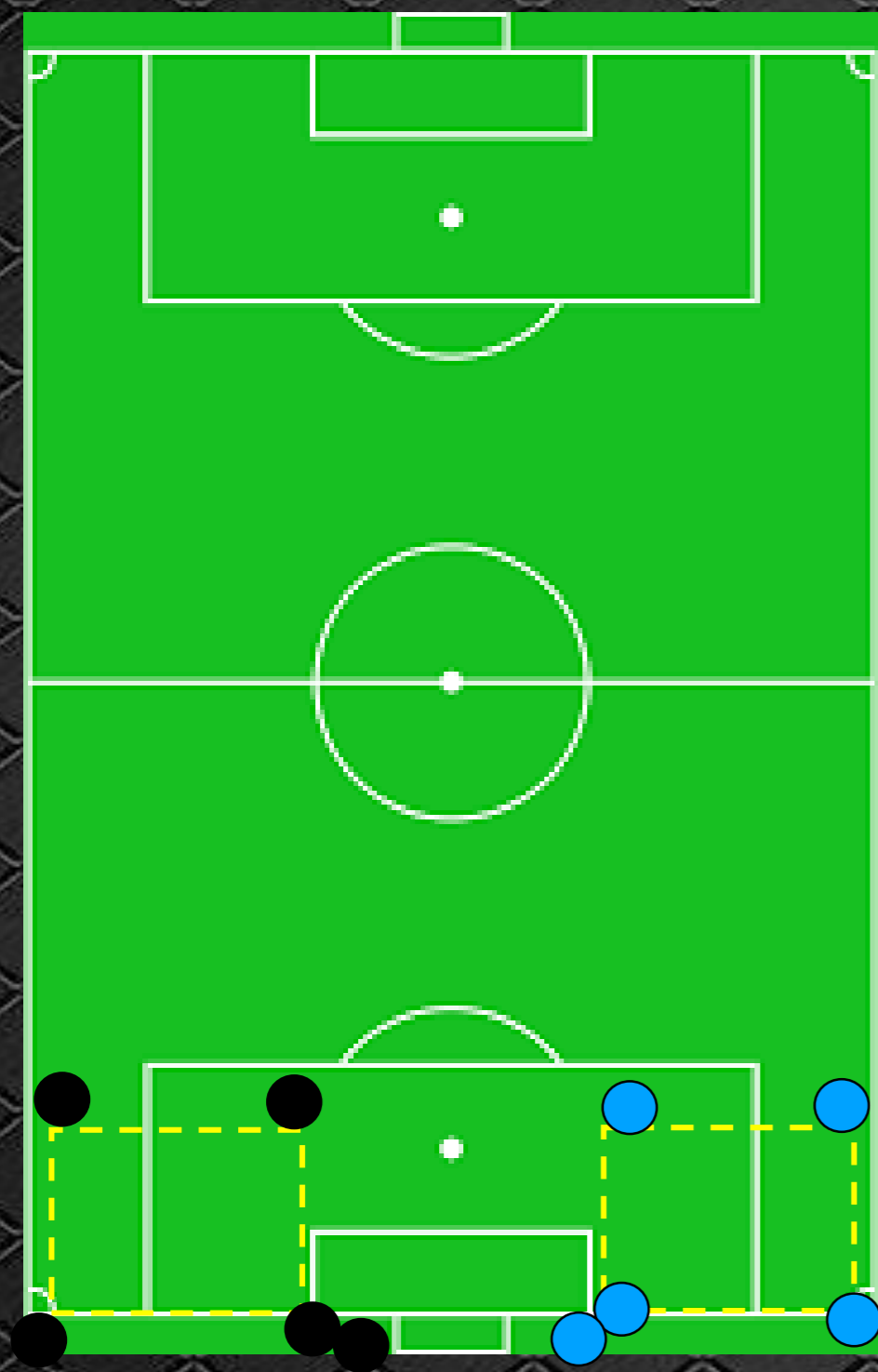
VENDREDI 04/12/2020

18+2

ATELIER 2	Technique individuelle
19H30-19H55	X

	0		0		0		5		5		5		5		0
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---

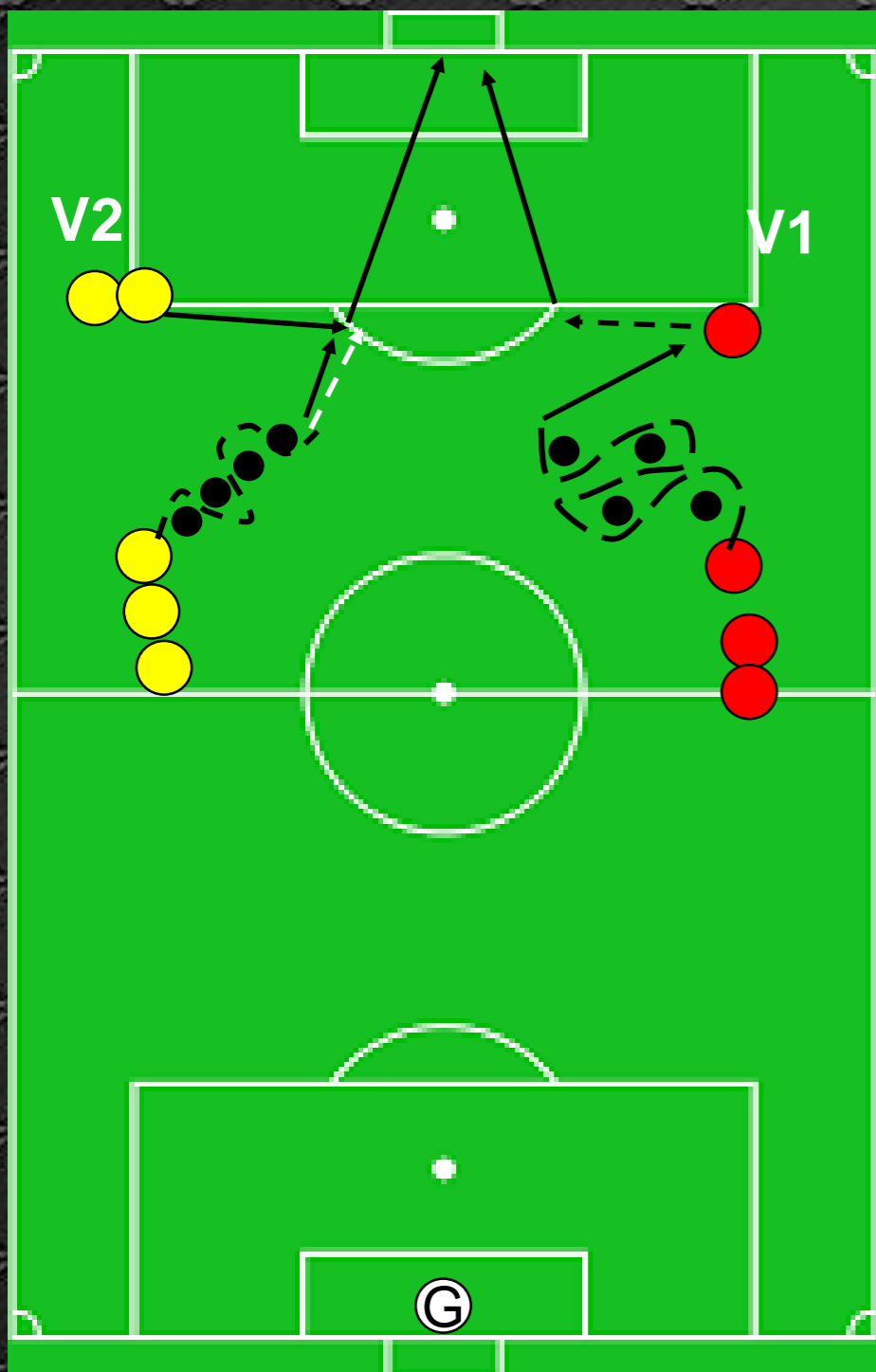
BUT	Marquer = 1pt	
CONSIGNES	Passe et suit – compétition Sens gauche / sens droite Variante 1 : 2 tchs mini imposées Variante 2 :Nbr tch libre Variante 3 : une deux Pompe perdant des variantes	
VARIANTE(S)		
VEILLER À	<u>Cpt attendu Indiv</u> Passe claquée/dosée Technique finition	<u>Cpt attendu collect.</u> Synchronisation passeur receveur
KYLIAN ENEKO	ENZO GABI MATEO JULEN OIHAN FARID HUGO IBAN	ROMAN LEONEL RAMOS NOA
SACHA THOMAS VICTOR UGO MAEL BIX		
2	8	4
		6





ATELIER 3	Technique individuelle
19H55-20H20	x

0
 0
 0
 5
 5
 5
 5
 0



BUT	Marquer = 1pt	
CONSIGNES	Variante 1 Passe et suit – Conduite frappe 5min Circuit Gauche / 5min Circuit Gauche Variante 2 Passe et suit - finition en 1 tch 5min Circuit Gauche / 5min Circuit Gauche	
VARIANTE(S)		
VEILLER À	Cpt attendu Indiv Passe claquée/dosée Technique finition	Cpt attendu collect. Synchronisation passeur receveur
KYLIAN ENEKO	ENZO GABI MATEO JULEN OIHAN FARID HUGO IBAN	ROMAN LEONEL RAMOS NOA
SACHA THOMAS VICTOR UGO MAEL BIX		
2	8	4
		6