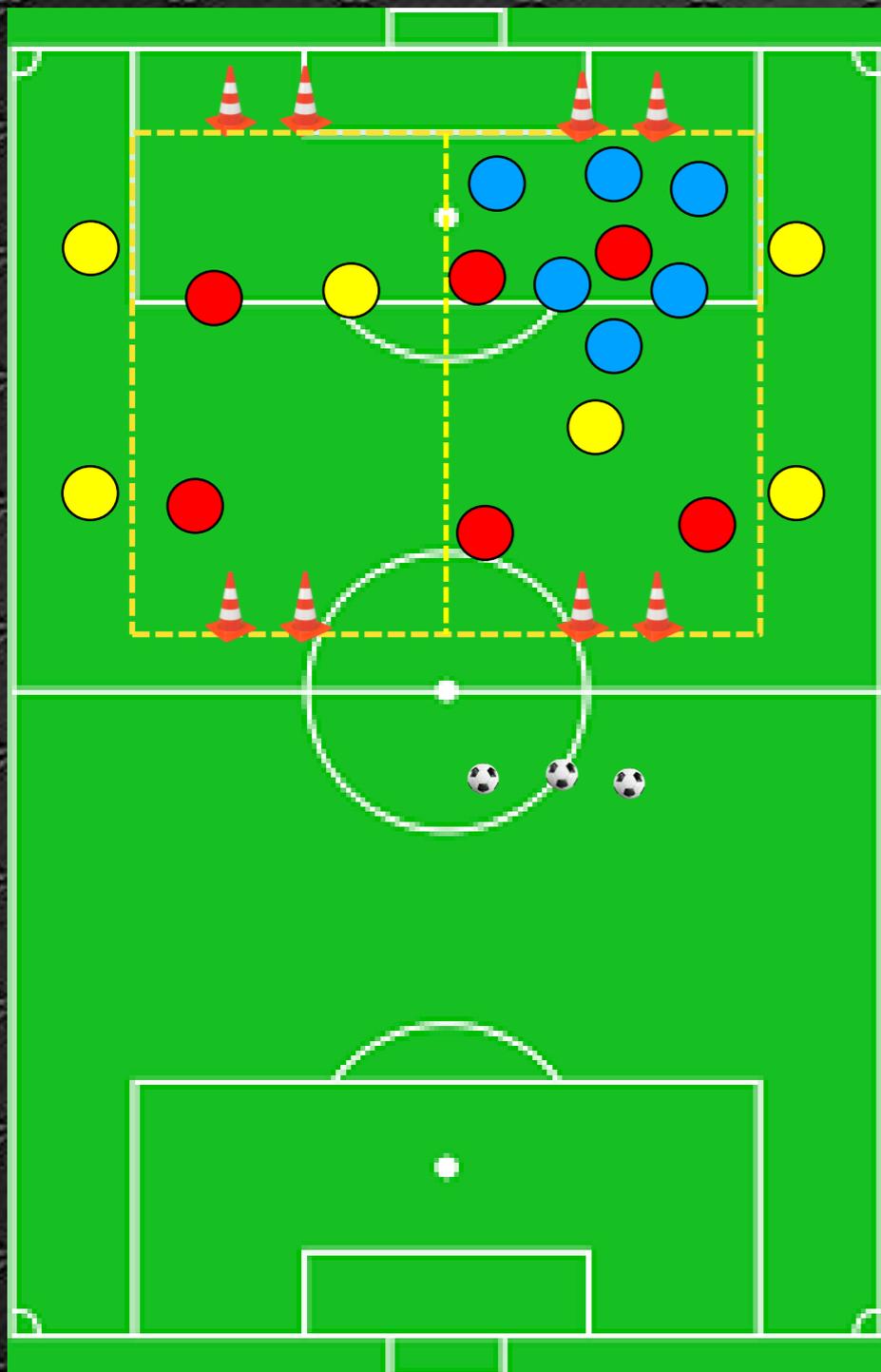




MET	Fixer dans une zone pour jouer à l'opposer
17H30-18H	Améliorer capacité à déséquilibrer en fixant dans une zone pour jouer dans zone opposée

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



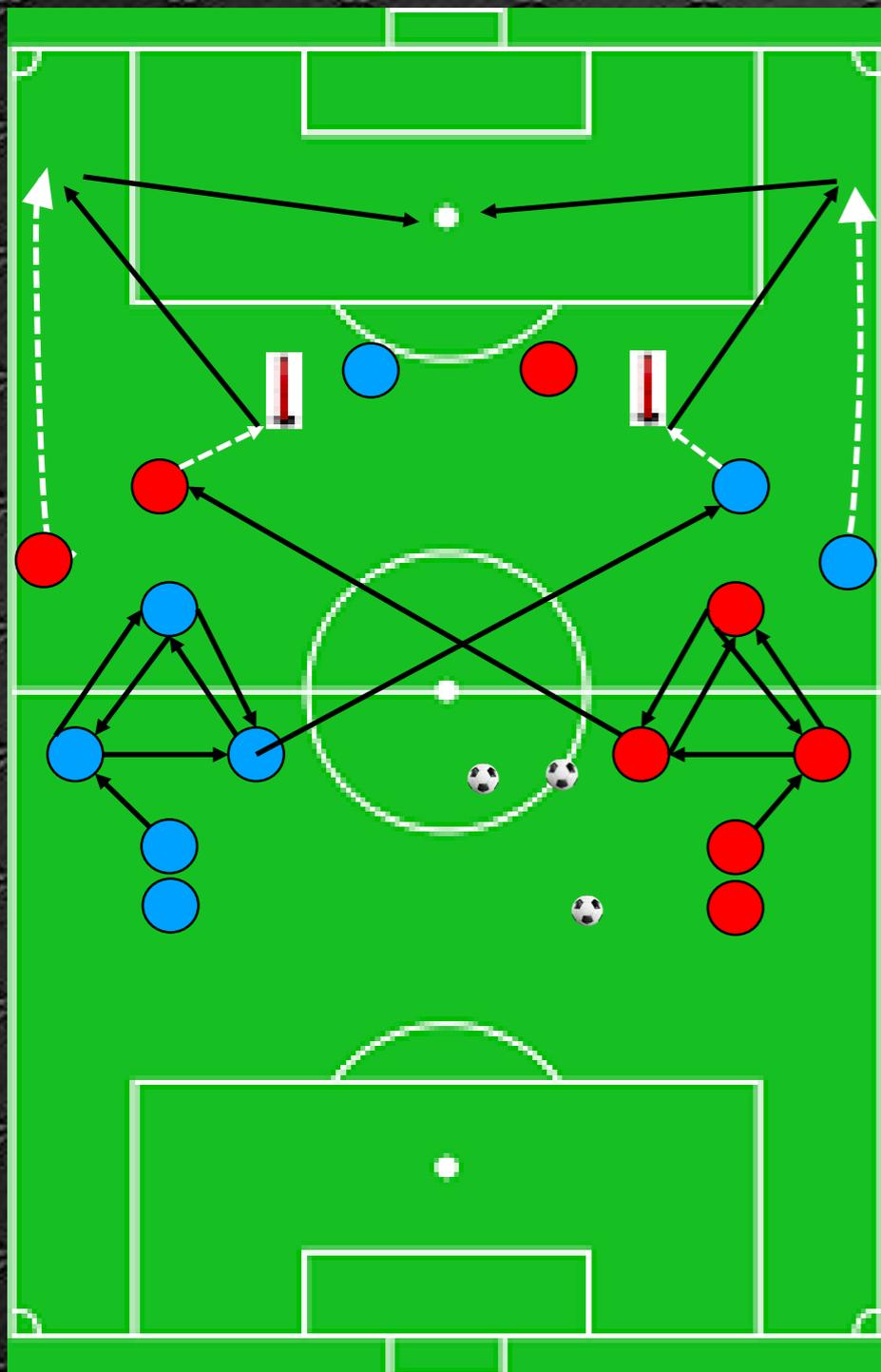
BUT	Réaliser 4 passes et jouer extérieur dans zone opposée = 1pt + but =3pts But même zone= 1pt
CONSIGNES	3 équipes de 6 1/ Adaptatif 2/ Une équipe en appui – 2 équipes intérieur Def: Interdiction de défendre sur 2 zones Off: Obligation d'occuper les deux zones Faire 3 passes minimum avant de pouvoir changer de zone
VARIANTE(S)	Limiter nombre de tchs Modifier rapport de force
VEILLER À	Equipe def effort d'être sur une zone Faire appels sur temps de passe Avoir solutions pied + profondeur

MATEO NOE	EUCLIDES TOMAS KEVIN TOMY ANDO	JULEN	PEIO MOMO JULEN.F LUCAS.V	IBAN CEDRIC BASTIEN CHARLY	BENZE FLO BABOU XAN
2	6		8		4



EXERCICE	Fixer dans une zone pour jouer à l'opposer
18H-18H30	Améliorer capacité à déséquilibrer en fixant dans une zone pour jouer dans zone opposée

	0		2		0		9		9		0		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---



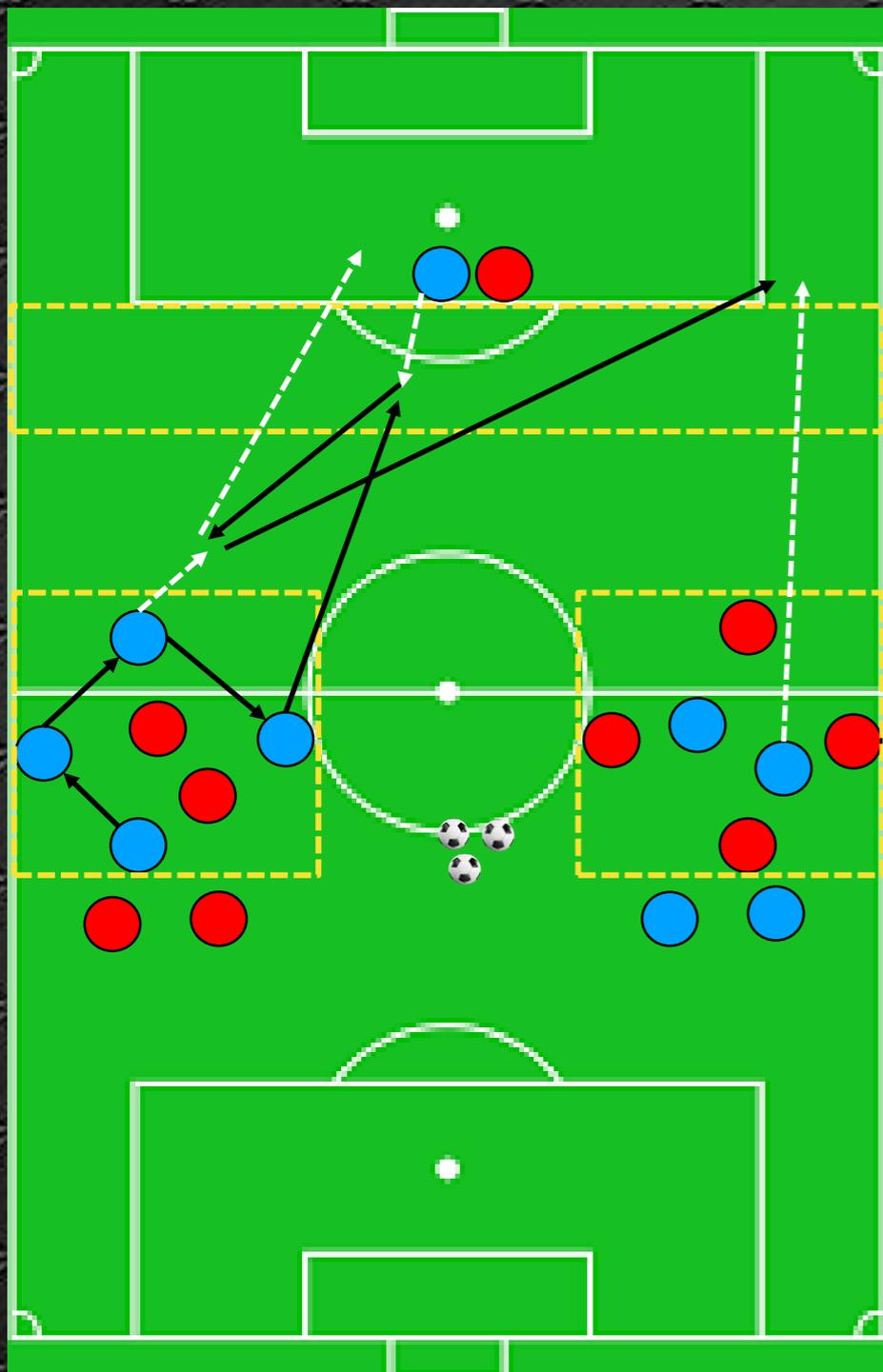
BUT	Réaliser circuit sans erreur avec vitesse = 1pt + but = 3pts
CONSIGNES	Coté gauche 12min Coté droit 12min
VARIANTE(S)	
VEILLER À	

MATEO NOE	EUCLIDES TOMAS KEVIN TOMY ANDO	JULEN	PEIO MOMO JULEN.F LUCAS.V	IBAN CEDRIC BASTIEN CHARLY	BENZE FLO BABOU XAN
2	6		8		4



SITUATION	Fixer dans une zone pour jouer à l'opposer
18H30-18H55	Améliorer capacité à déséquilibrer en fixant dans une zone pour jouer dans zone opposée

	0		0		0		9		9		0		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---



BUT	Off: Marquer = 1 pt Déf: Trouver appui extérieur carré= 1pt
CONSIGNES	Réaliser 3 passes avant de trouver attaquant dans zone inattaquable – remise – chgmnt coté Zone de finition 2vs1 Déf carré récup trouver appui extérieur Faire deux passages par cotés 2x12min
VARIANTE(S)	Faire évoluer rapport de force dans carré Passer à 3vs2 zone de finition Fixer un temps maximum pour finir l'action
VEILLER À	Joueur en mouvement dans carré Attaquant déclenche appel pour recevoir Qualité remise et différente passe (position)

MATEO NOE	EUCLIDES TOMAS KEVIN TOMY ANDO	JULEN	PEIO MOMO JULEN.F LUCAS.V	IBAN CEDRIC BASTIEN CHARLY	BENZE FLO BABOU XAN
2	6		8		4

1913 - 2018



105 ans

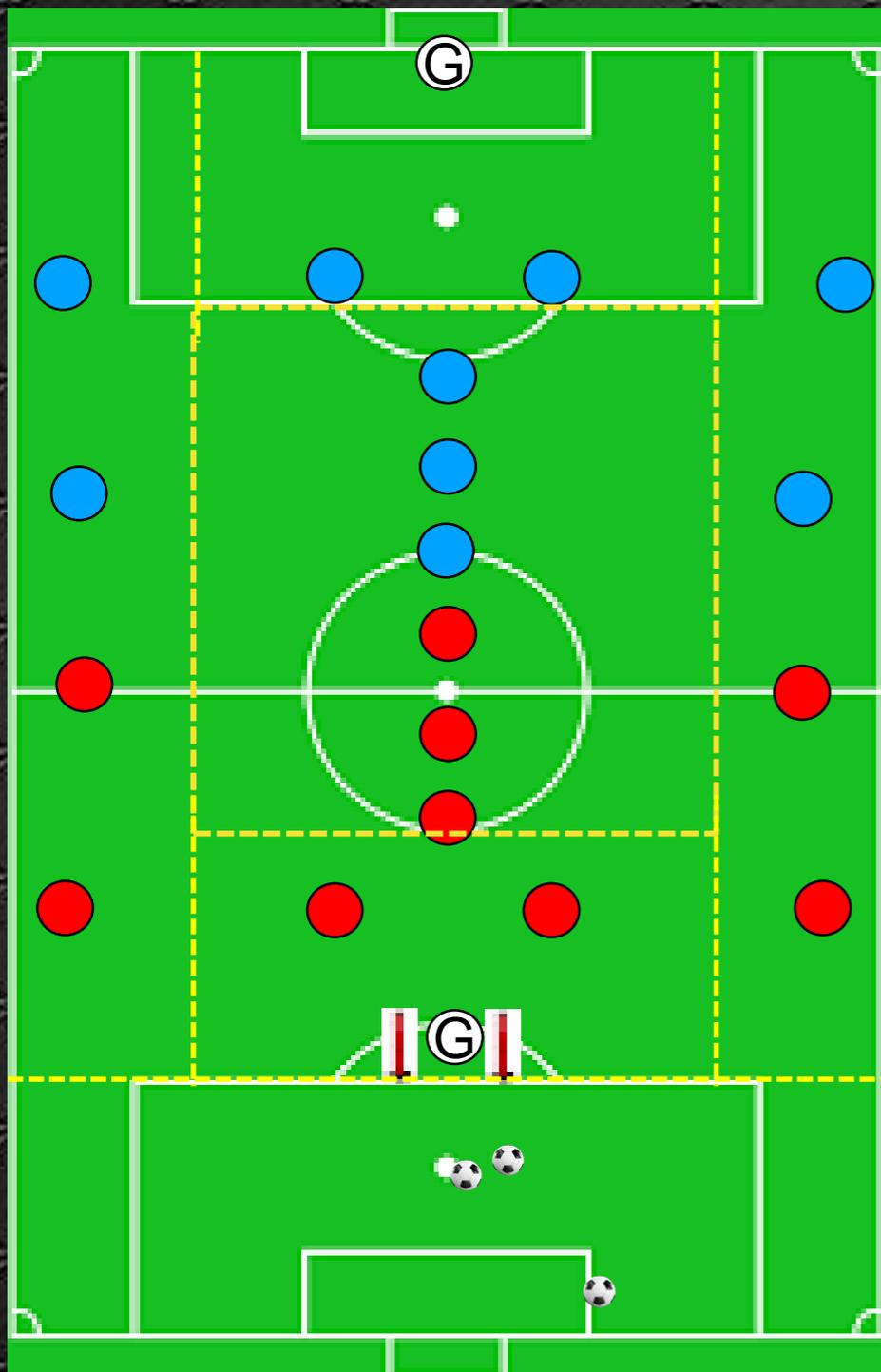
FOOT A 11 – U17 R1

MERCREDI 08/05/2019

18+2

JEU	Fixer dans une zone pour jouer à l'opposer
18H55-19H25	Améliorer capacité à déséquilibrer en fixant dans une zone pour jouer dans zone opposée

0
 0
 8
 6
 6
 6
 0
 0



BUT	But avec chmnt de coté = 3pts But = 1pt
CONSIGNES	9vs9 + 2GB (4-2-3) V1/ Zone axial hors surface de rép: 1tch max Défendre sur 2 zones max V2/ Libre
VARIANTE(S)	Limiter nbr de tchs Changer système de jeu
VEILLER À	Occuper largeur Utiliser passe longue Attaquer après un chgmt de coté

MATEO NOE	EUCLIDES TOMAS KEVIN TOMY ANDO	JULEN	PEIO MOMO JULEN.F LUCAS.V	IBAN CEDRIC BASTIEN CHARLY	BENZE FLO BABOU XAN
2	6		8		4