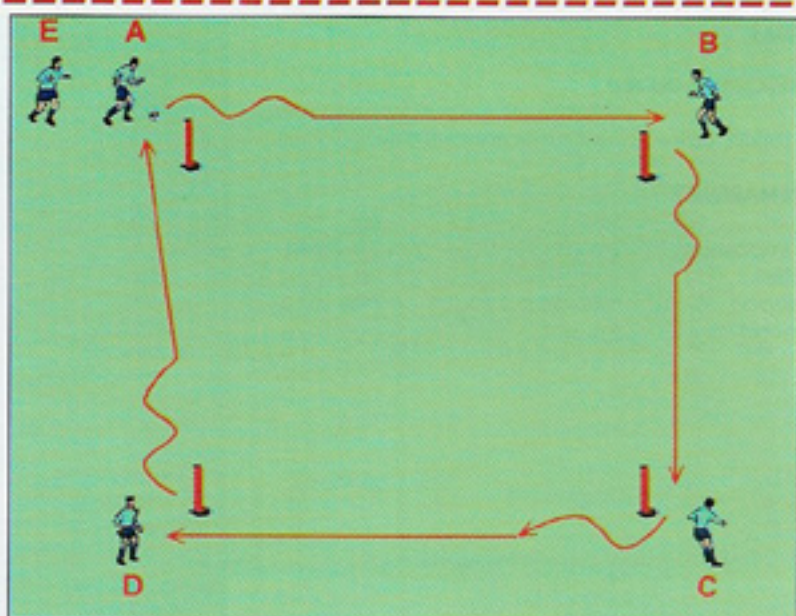


EXERCICE 2**DESCRIPTIF DE L'EXERCICE**

- Terrain de 20 m x 20 m
- 1 ballon / 5 joueurs
- CONDUIRE sur un côté et PASSER (A conduit et donne à B, qui conduit et donne à C etc...)

REMARQUES

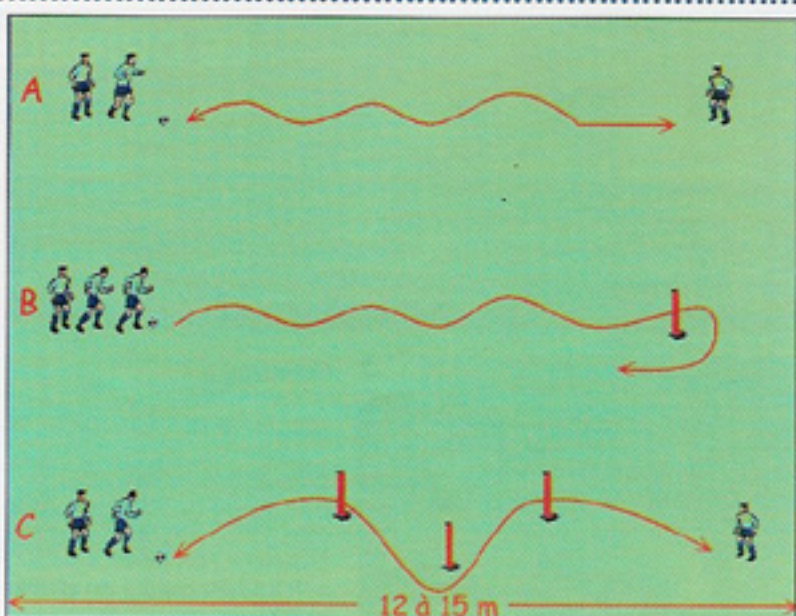
- de PLUS EN PLUS VITE
- CHANGER de SENS de ROTATION

**EXERCICE 3****DESCRIPTIF DE L'EXERCICE**

- 3 ateliers : A - B et C
- 1 ballon / 3 joueurs
- A = face à face
- CONDUITE INTÉRIEUR OU EXTÉRIEUR DU PIED
- B = face à un piquet
- ALLER-RETOUR après avoir contourné le piquet
- C = face à face
- CONDUIRE entre les piquets

REMARQUES

- utilisation des 2 pieds
- LEVER la TÊTE après avoir touché le ballon
- les joueurs passent dans chaque atelier

**EXERCICE 4****DESCRIPTIF DE L'EXERCICE**

CONTOURNER les piquets (ou les plots) avec L'INTÉRIEUR D'UN PIED puis de L'AUTRE.

REMARQUES

- Plusieurs ateliers suivant le nombre de joueurs
- Conduite libre
- Conduite imposée (pied, surface de contact...)
- INVERSER le sens du départ

