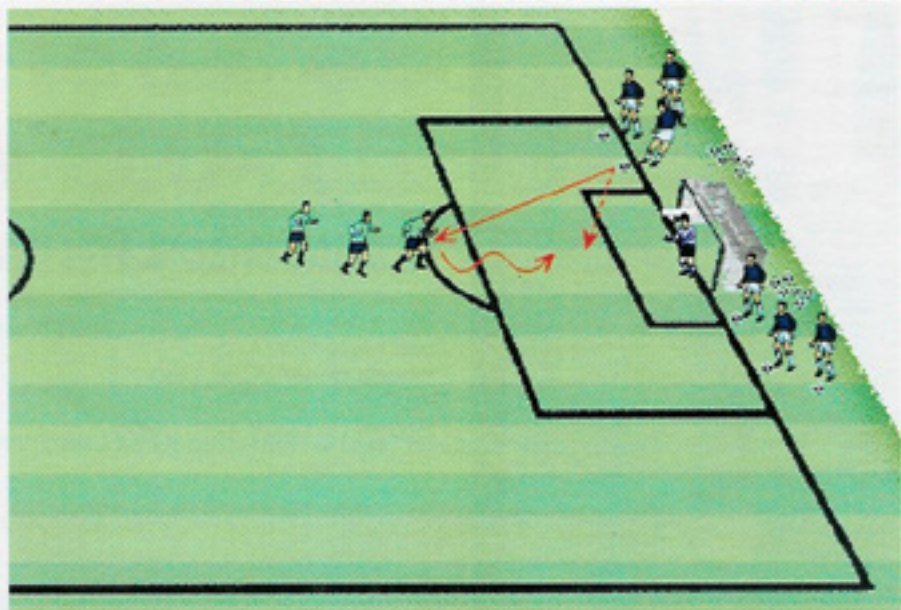


EXERCICE 6

DESCRIPTIF DE L'EXERCICE

- 1 (ou plusieurs gardiens de but).
- Des attaquants placés à 16,50 m du but.
- Des défenseurs sont placés sur la ligne de but (1 ballon par défenseur).
- Le défenseur envoie le ballon à un attaquant et vient le contrer (DUEL 1 X 1).



JEU 1

DESCRIPTIF DE L'EXERCICE

- 5 X 5.
 - But dans chaque angle.
 - MARQUER DANS LES ANGLES : (le ballon doit franchir la ligne et être maîtrisé).
- N.B. : Ce jeu favorise également les changements de direction.

