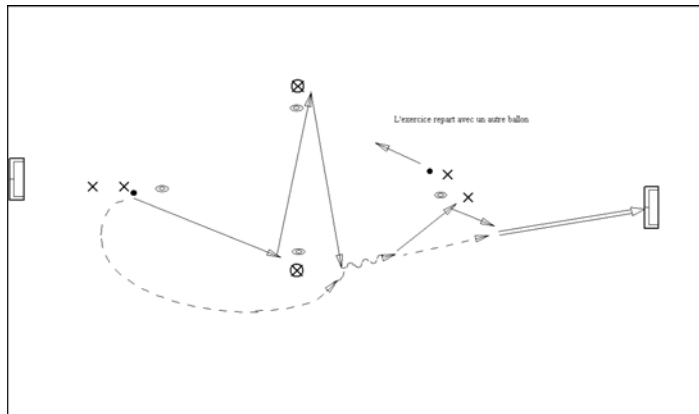
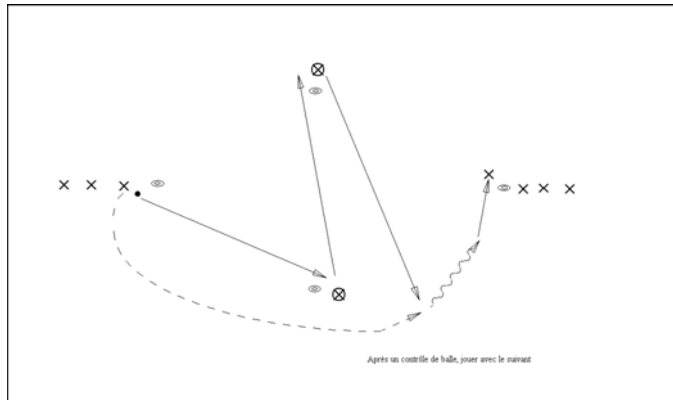


Real

Bertrand Choffat / DT AFBJ / 2002



- Attention au timing et au contrôle orienté / orientation du corps
- Dans une 2^{ème} phase, introduire l'appel et contre-appel
- Insister sur le fait que le porteur du ballon doit le lâcher au moment juste et ne pas prendre son partenaire à contre-pied

Exécution du mouvement :

A passe au joueur fixe **B**, qui a fait un appel-contre appel et qui joue avec l'autre appui **C**, pendant que **A** passe dans le dos de **B**.

Faire effectuer un changement de rythme à ce joueur qui ne doit pas être trop vite sur la passe, car il serait hors-jeu.

Le joueur fixe doit faire une passe dans la course du partenaire qui a fait la rocade.

En technique :

Insistez sur la précision des passes et sur les contrôles orientés

Changer les joueurs fixes.

Variante : Terminer par un tir au but des 2 côtés après un relais avec un des joueurs des extrémités et on repart avec un autre ballon