

ACS - LAPGSKI14 - 15B

Date : 9/May/2014

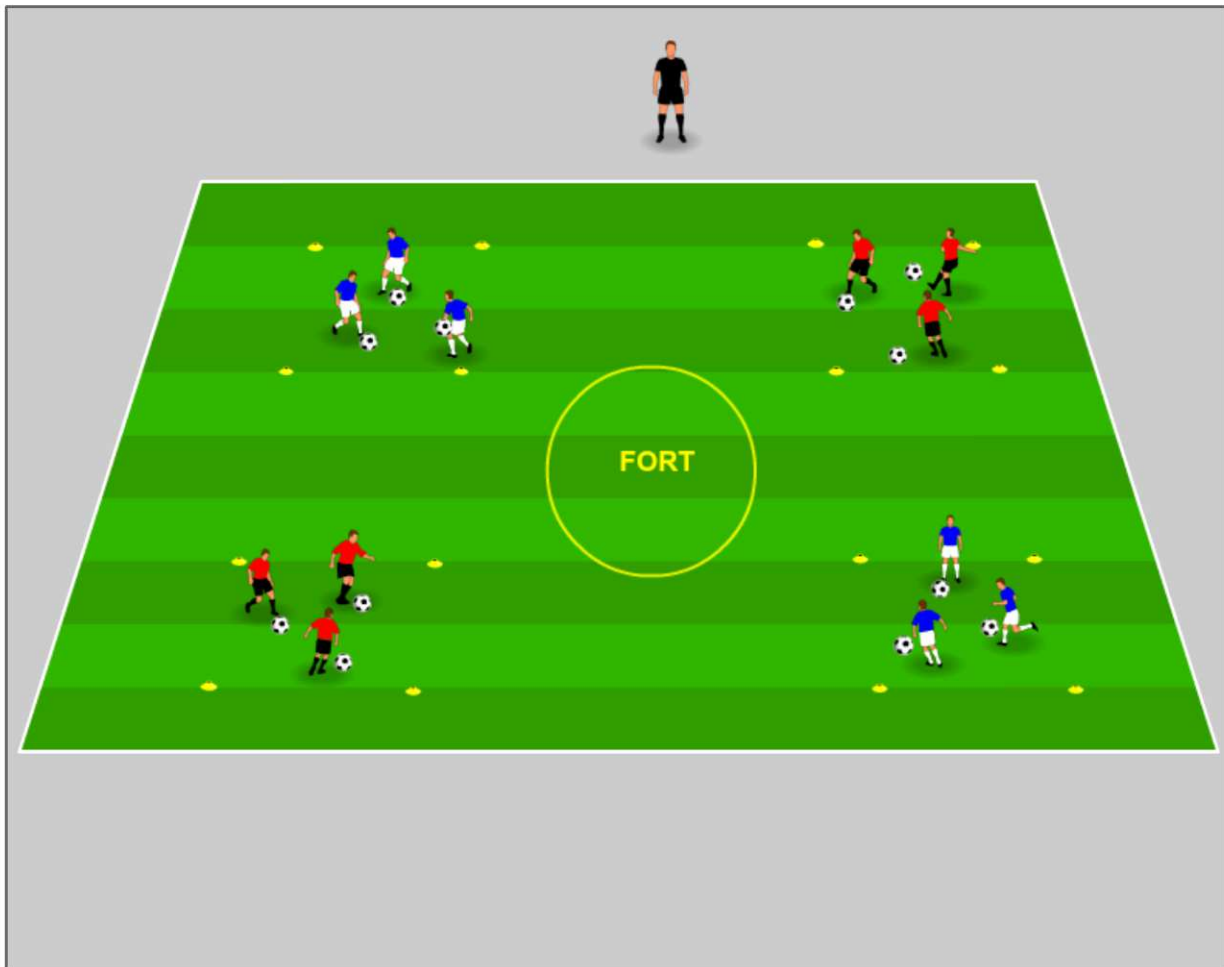
Duration : N/A

Session

Time : N/A

Age/Level :

Objective:

15. Conduite de balle - Exercice 1**Description :**

- Jonglerie seul dans les boîtes (environ 3 joueurs par boîte)

- Éducateur signale soudainement :

- "Droite" = se rendre dans la boîte située à droite de celle où l'on est
- "Gauche" = se rendre dans la boîte située à gauche de celle où l'on est
- "Bombe" = se rendre au FORT (cercle au milieu) et exécuter une feinte/dribble en accédant au FORT pour y entrer

Coaching Points :

1. Garder le ballon proche
2. Alternier l'attention entre le ballon et l'environnement
3. Garder l'équilibre
4. Utiliser les deux pieds
5. Utiliser toutes les surfaces du pied