

ACS - 2APGSKI14 - 4C

Date : 21/Apr/2014

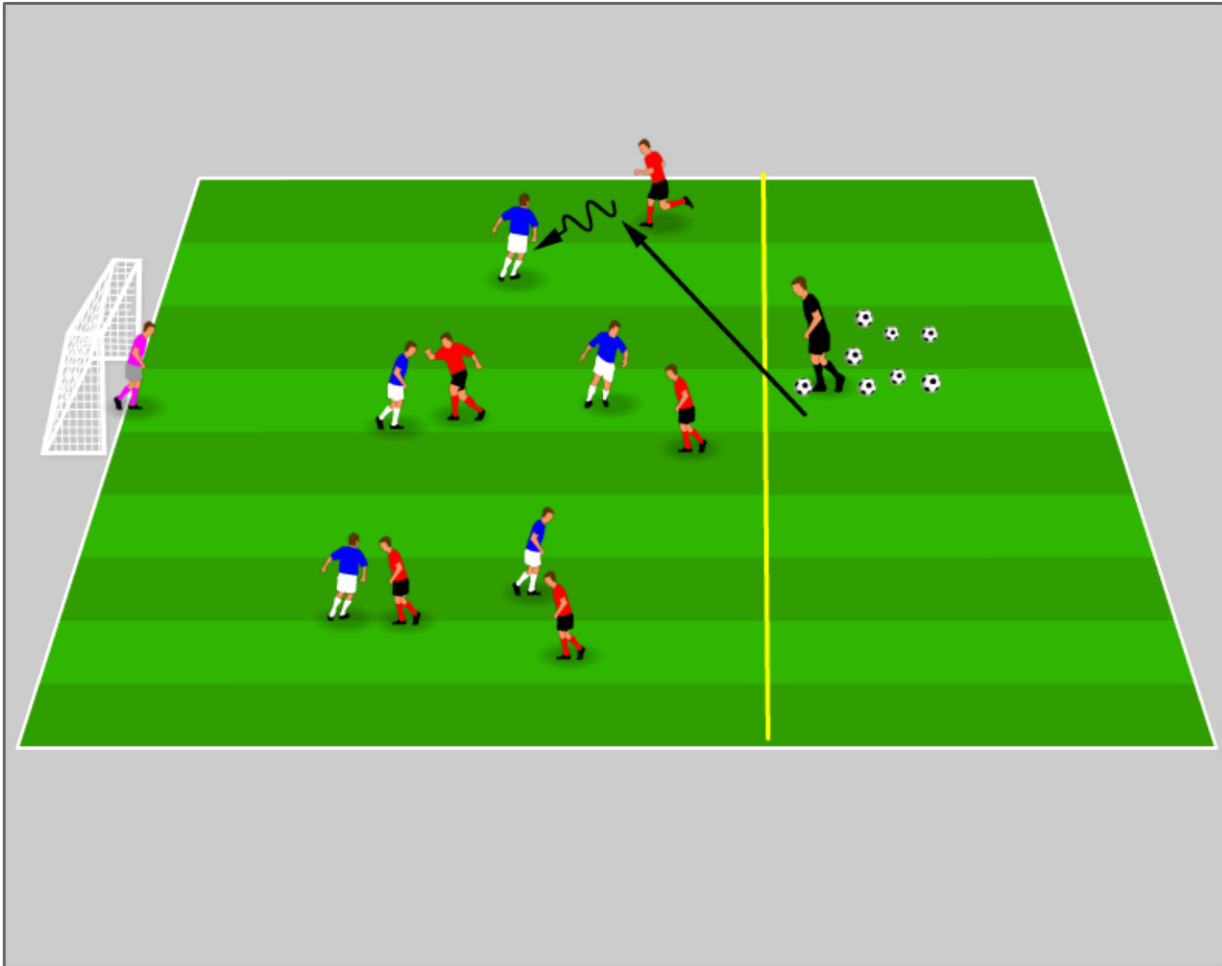
Duration : N/A

Session

Time : N/A

Age/Level :

Objective:

4. Dribble - Exercice 2**Objective :****Description :**

- Jouer en égalité numérique ou avec un joker
- Si le ballon sort, l'éducateur joue un nouveau ballon
- Les deux équipes marquent dans le même but
- Si le Gardien fait un arrêt, il doit faire une relance jusqu'à l'éducateur

Coaching Points :

1. Mouvements rapides
2. Protéger le ballon en le plaçant loin du défenseur
3. Changer de direction
4. Changer de vitesse
5. Masquer ses intentions

Progression :