

**ACS - LAPGSKI14 - 9A**

Date : 9/May/2014

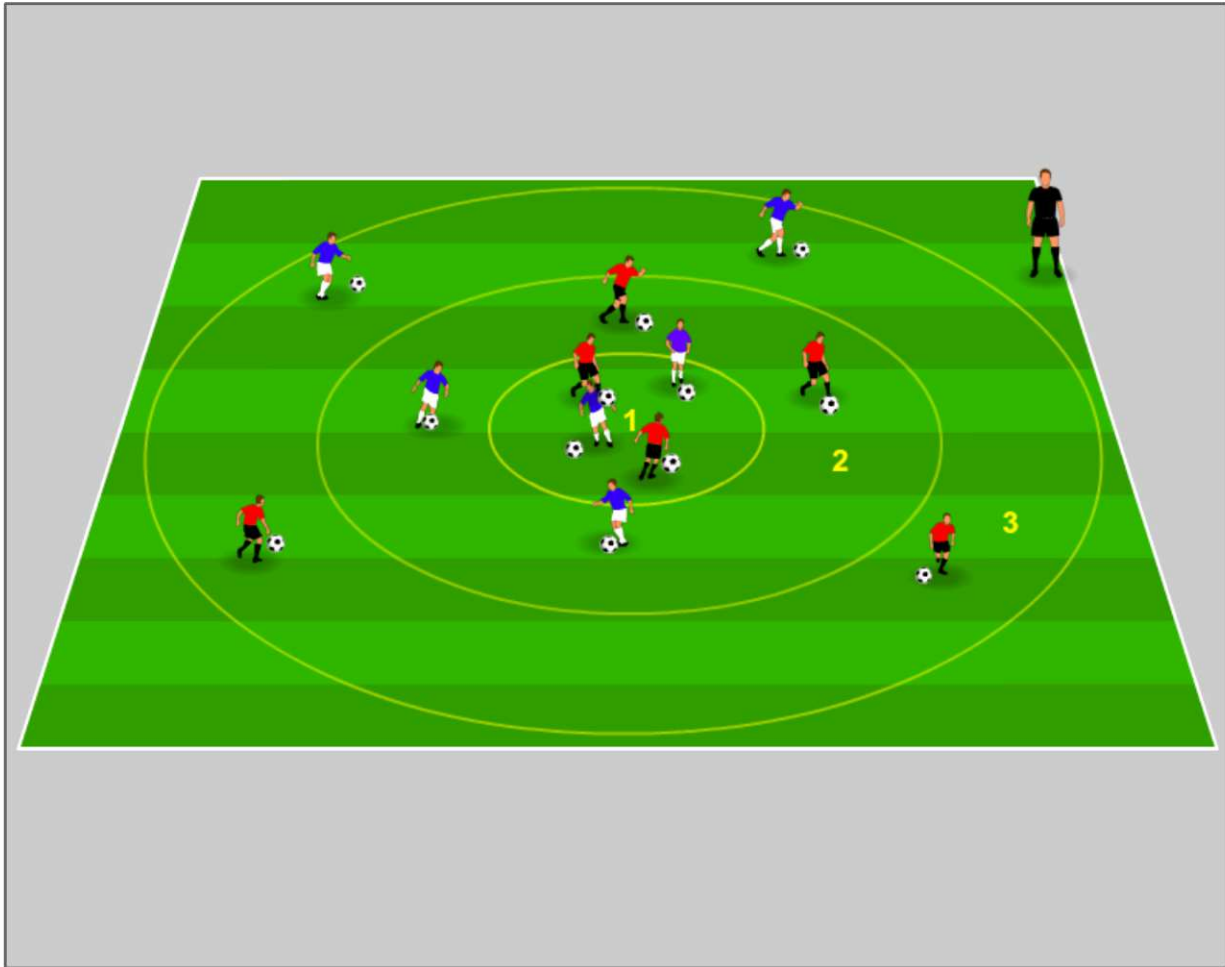
Duration : N/A

Session

Time : N/A

Age/Level :

Objective:

**9. Dribble - Échauffement****Description :**

- 3 zones, 4 ballons par zone
- Chaque zone détermine l'exécution d'une feinte/dribble spécifique (indiqué par l'éducateur)
- Les joueurs vont d'une zone à l'autre en exécutant le dribble associé à la zone
- Après le dribble, ils laissent le ballon dans cette zone

**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