

Date : 11/Feb/2014

Duration : N/A

Session

Time : N/A

Age/Level :

Objective:

8. Organisation Défensive - Échauffement



Description :

- Jeu à la main, une équipe attaque, l'autre défend
- Si le ballon sort, l'équipe qui attaque prend un nouveau ballon à la source
- Pas de défense ni pression sur un joueur qui attaque lorsqu'il est dans la "Safe Zone"
- L'équipe qui attaque marque un point lorsqu'elle atteint la "End Zone"
- L'équipe qui défend doit récupérer le ballon et atteindre la "Safe Zone" pour pouvoir attaquer
- Après un point, l'autre équipe recommence