

ACS - LAPGSKI14 - 10A

Date : 12/May/2014

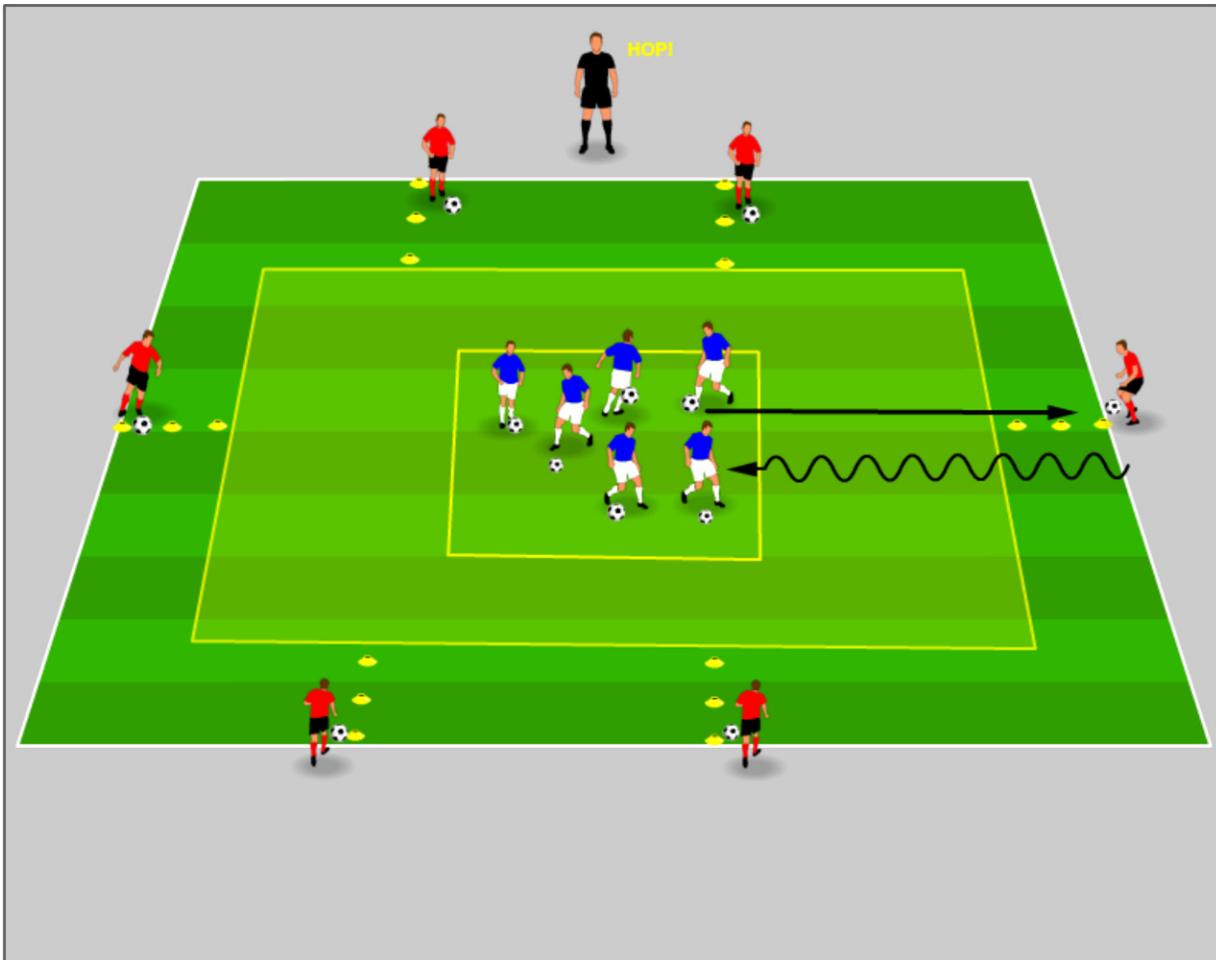
Duration : N/A

Session

Time : N/A

Age/Level :

Objective:

10. Passe - Échauffement**Description :**

- Joueurs au centre effectuent des dribbles libres (un ballon chacun)
- Joueurs à l'extérieur dribblent entre les cônes (un ballon chacun)
- Au signal de l'Éducateur (à chaque 15-20 secondes environ), les joueurs au centre doivent faire une passe à un des joueurs à l'extérieur et changer de place avec eux
- Puisqu'il y a six possibilités de passe, s'assurer que le joueur fait une passe à quelqu'un qui était disponible

Coaching Points :

1. Garder une distance appropriée du ballon (un pas)
2. Pied d'appui orienté vers la cible
3. Regarder le ballon au moment du contact
4. Cheville bloquée au moment du contact
5. Utiliser le pied approprié
6. Force, timing et dosage appropriés