

ACS - LAPGSKI14 - 14B

Date : 12/May/2014

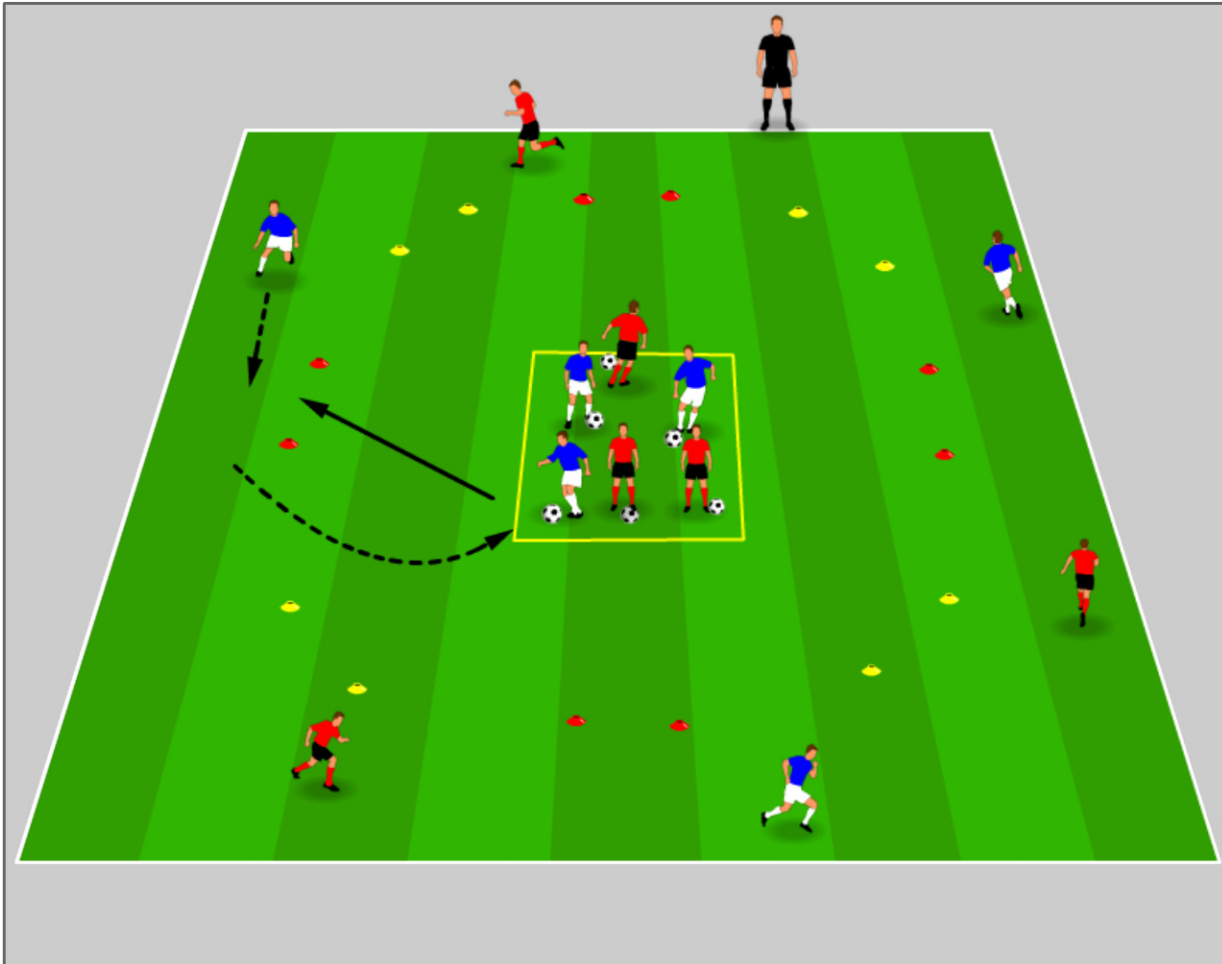
Duration : N/A

Session

Time : N/A

Age/Level :

Objective:

14. Passe - Exercice 1**Description :**

- Même jeu que l'échauffement
- Jouer des séquences de 3 minutes et demander aux joueurs d'essayer de marquer le plus de points possible
- Chaque passe réussie entre les portes à un joueur en mouvement = un point pour le passeur

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. Force, timing et dosage appropriés selon la situation de jeu