

ACS - 3APGSKI14 - 25A

Date : 11/Feb/2014

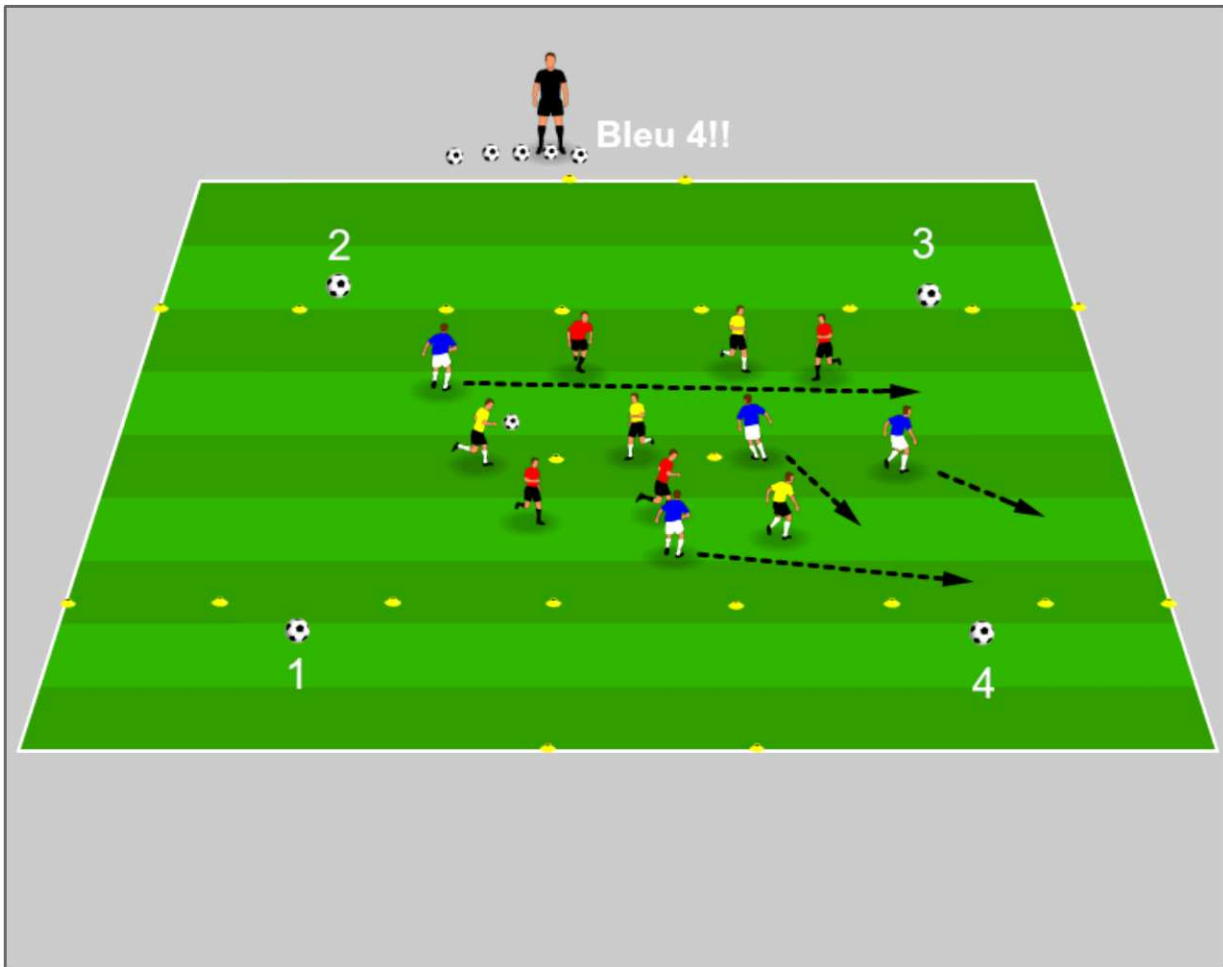
Duration : N/A

Session

Time : N/A

Age/Level :

Objective:

25. 4 vs 4 (Égalité) - Échauffement**Description :**

- 2 à 4 équipes de 4 (si 9 joueurs, 5 et 4; si 10 joueurs, 5 et 5; si 11 joueurs 4 et 4 et 3 et si 12 joueurs, 4 et 4 et 4)
- Échauffement en joggant et en faisant des passes à la main (Bleu à Rouge à Jaune à Bleu)
- L'éducateur appelle soudainement une équipe et un numéro
- L'équipe appelée doit se placer le plus vite possible devant le ballon qui correspond au numéro