

## Fiche exercice

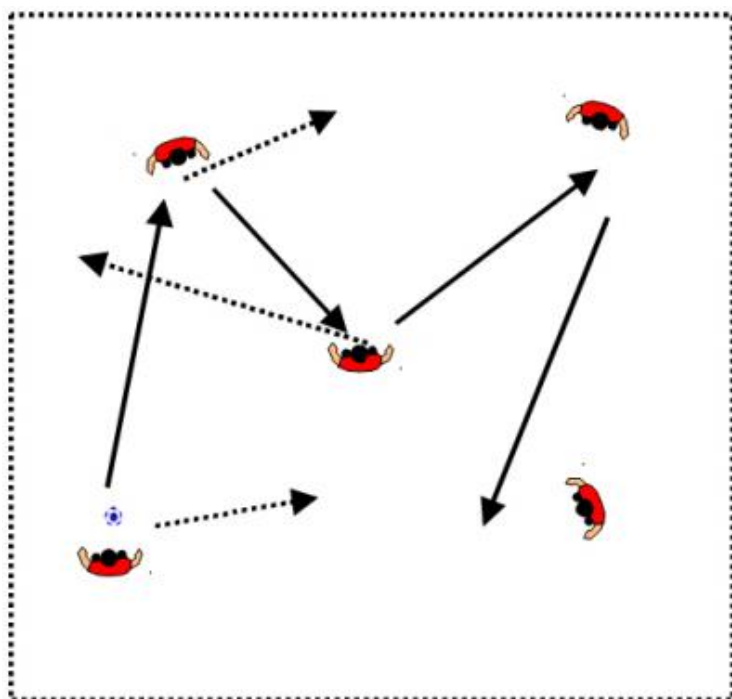
Initiation  
U8 - U13

Amélioration Physique **Vitesse de Réaction**

## Vitesse de jeu : échauffement

**Objectif :**

Jeu en déviation



**Dimensions :**

**Matériel :**

1 ballon pour 5 joueurs

**Mise en place / Organisation et consignes :**

Échanger en 1 touche en jouant dans l'angle de jeu du partenaire puis en se déplaçant pour libérer l'espace tout en gardant les bonnes distances.

**Critères de réalisations / Veillez à :**

Faire la passe dans le sens des épaules. Jouer dans l'angle de jeu du partenaire. Passer se déplacer.