

Entraînement Gardien de but (2eme partie)

Eric Gelard (Entraîneur des gardiens du Clermont Foot)

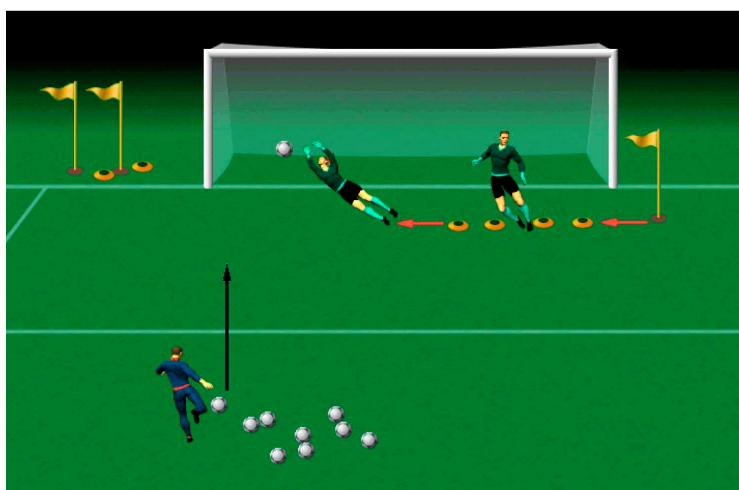
1 roulade avant et frappe



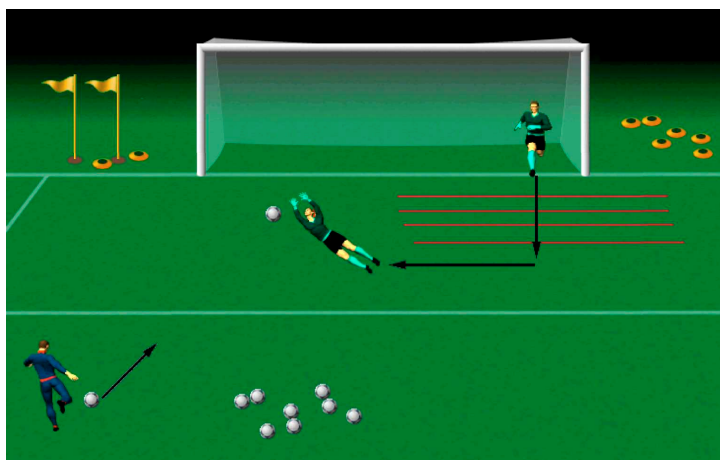
gardien dos au but et frappe



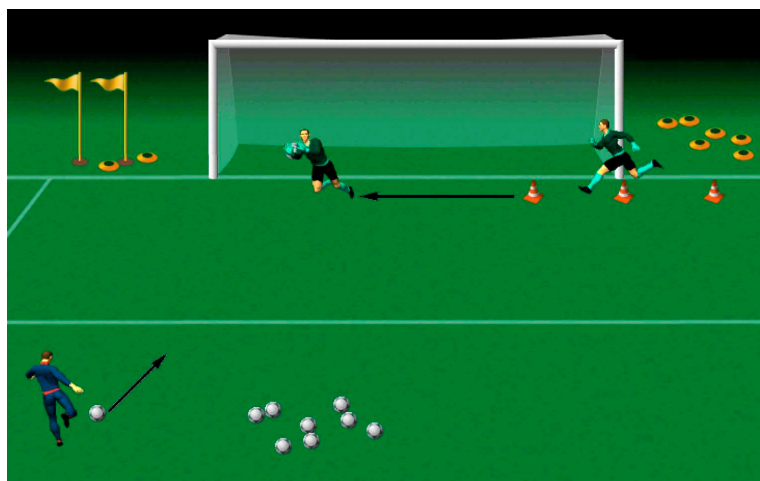
déplacement pas chasses et plongeons



4 skippings de face avec 4 lattes et frappe de face



4 skippings de cotes avec 4 lattes latéral et plongeons



départ assis et frappe

