

Fiche exercice

Eveil
U6/U7

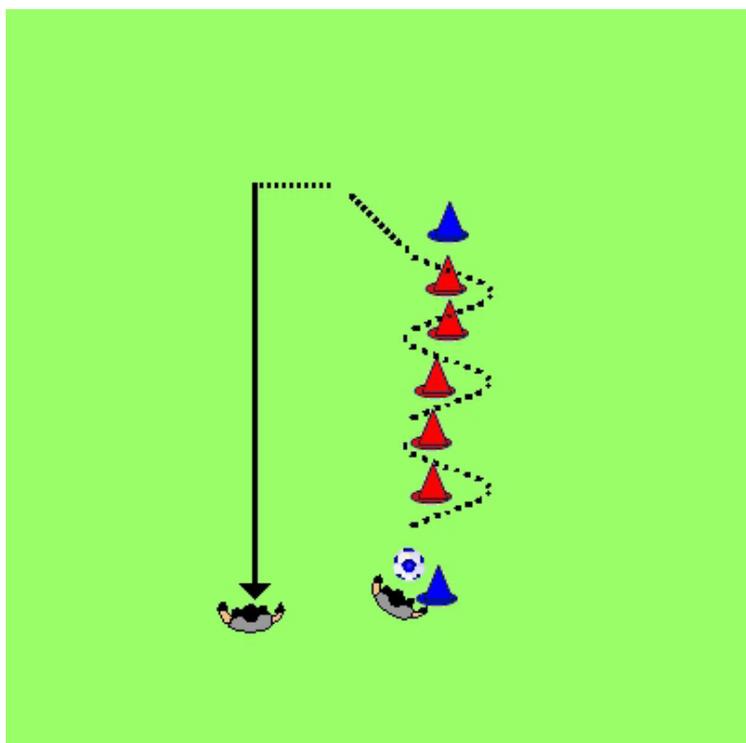
Amélioration Technique La Conduite de Balle

Conduite et passes

Thème secondaire :

Objectif :

Effectif :



3 minutes / 2 series
Durée de l'effort : 10 secondes
Nombre de répétitions : 10

Dimensions :

5 à 10 m

Matériel :

Couppelles - Ballons

Mise en place / Organisation et consignes :

Conduite de balle avec différentes surfaces de contacts Passes Libres dans un premier temps

Critères de réalisations / Veillez à :

Appuis - équilibre - bonne surface de contact