

SRFC - GROUPE PREFORMATION 2015/2016

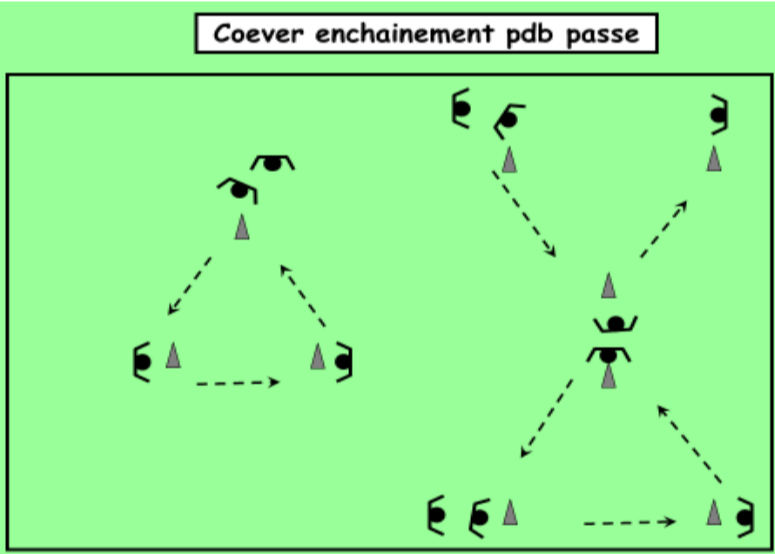
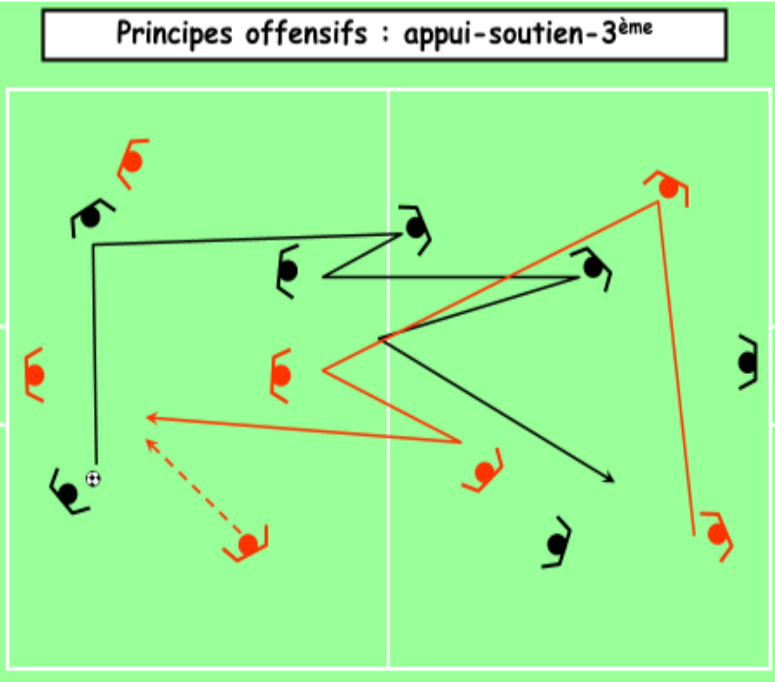
lundi 14 Mars

13+1 2001 ET 17+2 2002

| | | | | | |
|----------|----------|-----------|----------|---------|----------|
| | KOUAKAM | JOVIN | MOREL | PAGIS | ATTA |
| | NKASSA | | | | |
| | BOSONA | | | LERAY | OYENIRAN |
| TRUFFERT | DELAUNAY | CAMAVINGA | BAHRAM | MACE | KADILE |
| | | BOUKERCHE | LOISEL | COHAN | CROCQ |
| | | | PONTDEME | JASLET | |
| SAMSON | TREPOS | BEAUJOUAN | GALISSON | MALUNGO | MADIBACO |
| | | CHOPIN | | LOUARN | DOUE |
| | | LEHENANFF | GENDROT | VERBEKE | |

| Effectifs | |
|--------------------|------|
| Joueurs de champs: | 30 |
| Gardien(s) de but: | 3 |
| Reprise : | |
| Absent(s) : | |
| Blessé(s) : | |
| Formation : | |
| Sélection : | |
| Séance n° | 97 |
| Durée de séance | 1h15 |

| PHASE D'ATTAQUE | PHASE RECUPERATION | PHASE REPLACEMENT | PHASE CONTRE ATTAQUE | STRATEGIE |
|-----------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------------|
| maitrise collective | renforcement CJD | zone press | 1ère passe verticale | cpa off |
| déséquilibre | cadrage-réduction espaces | replacement CJD | jeu direct | cpa def |
| finition | organisation de la recup | gestion profondeur | remontée sous pression | touche-mise en jeu |
| <i>gestion des émotions</i> | <i>réflexion-agressivité</i> | <i>don de soi-abnégation</i> | <i>engagement-générosité</i> | <i>concentration-détermination</i> |

| Mise en place-règles | Durée | Descriptif |
|----------------------|-------|---|
| coordination SI | 10* | |
| Coorver pdb passe | 25* | <p>Coerver enchainement pdb passe</p>  |
| Trouver joueur lancé | 25* | <p>Principes offensifs : appui-soutien-3ème</p>  |

SRFC - GROUPE PREFORMATION 2015/2016

Mardi 15 Mars

13+1 2001 ET 17+2 2002

| | | | | | |
|----------|----------|-----------|----------|---------|----------|
| | KOUAKAM | JOVIN | MOREL | PAGIS | ATTA |
| | NKASSA | | | | |
| | BOSONA | | | LERAY | OYENIRAN |
| TRUFFERT | DELAUNAY | CAMAVINGA | BAHRAM | MACE | CROCQ |
| | | BOUKERCHE | LOISEL | COHAN | |
| | | | PONTDEME | JASLET | |
| SAMSON | TREPOS | BEAUJOUAN | GALISSON | MALUNGO | MADIBACO |
| | | CHOPIN | | | LOUARN |
| | | LEHENANFF | GENDROT | | DOUE |
| | | | | | VERBEKE |

| Effectifs | |
|---------------------|------|
| Joueurs de champs : | 30 |
| Gardien(s) de but : | 3 |
| Reprise : | |
| Absent(s) : | |
| Blessé(s) : | |
| Formation : | |
| Sélection : | |
| Séance n° | 98 |
| Durée de séance | 1h15 |

| PHASE D'ATTAQUE | PHASE RECUPERATION | PHASE REPLACEMENT | PHASE CONTRE ATTAQUE | STRATEGIE |
|-----------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------------|
| maitrise collective | renforcement CJD | zone press | 1ère passe verticale | cpa off |
| déséquilibre | cadrage-réduction espaces | replacement CJD | jeu direct | cpa def |
| finition | organisation de la recup | gestion profondeur | remontée sous pression | touche-mise en jeu |
| <u>gestion des émotions</u> | <u>réflexion-agressivité</u> | <u>don de soi-abnégation</u> | <u>engagement-générosité</u> | <u>concentration-détermination</u> |

| Mise en place-règles | Durée | Descriptif |
|------------------------|-------|------------|
| Coordination technique | 15* | |

face face
appui remise

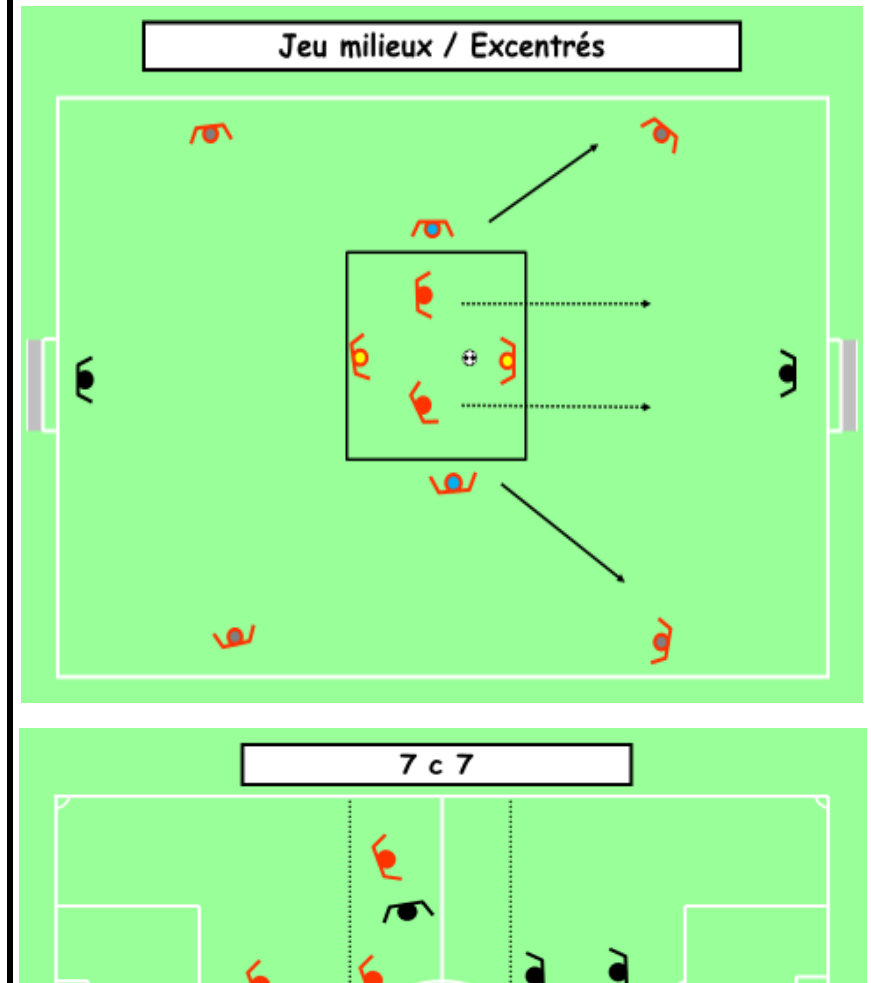
situation milieux attaquants

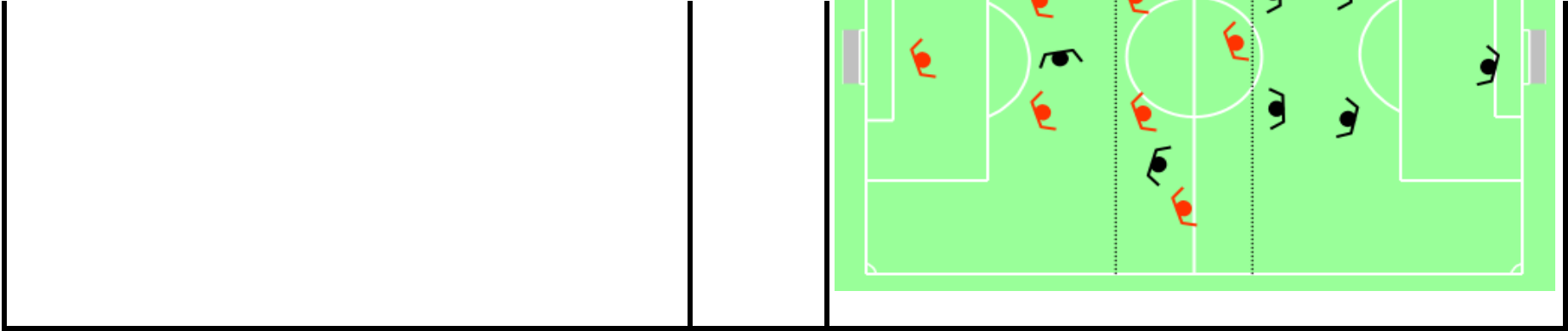
toro 3 passes pour équipe A
transition pour équipe B

Jeu joueur lancé

zone médiane

25*





SRFC - GROUPE PREFORMATION 2015/2016

Mercredi 16 Mars

13+1 2001 ET 17+2 2002

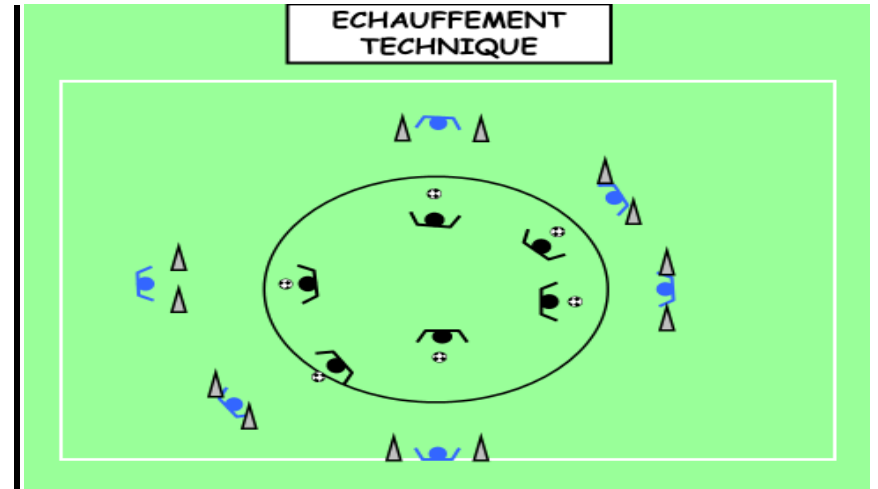
| | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--------------------|------|
| | | | | | | | | Effectifs | |
| | | | | | | | | Joueurs de champs: | 30 |
| | | | | | | | | Gardien(s) de but: | 3 |
| | | | | | | | | Reprise : | |
| | | | | | | | | Absent(s) : | |
| | | | | | | | | Blessé(s) : | |
| | | | | | | | | Formation : | |
| | | | | | | | | Sélection : | |
| | | | | | | | | Séance n° | 99 |
| | | | | | | | | Durée de séance | 1h15 |

| PHASE D'ATTAQUE | PHASE RECUPERATION | PHASE REPLACEMENT | PHASE CONTRE ATTAQUE | STRATEGIE |
|-----------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------------|
| maitrise collective | renforcement CJD | zone press | 1ère passe verticale | cpa off |
| déséquilibre | cadrage-réduction espaces | replacement CJD | jeu direct | cpa def |
| finition | organisation de la recup | gestion profondeur | remontée sous pression | touche-mise en jeu |
| <u>gestion des émotions</u> | <u>réflexion-agressivité</u> | <u>don de soi-abnégation</u> | <u>engagement-générosité</u> | <u>concentration-détermination</u> |
| Mise en place-règles | | Durée | | Descriptif |

Mise en route technique

rond central

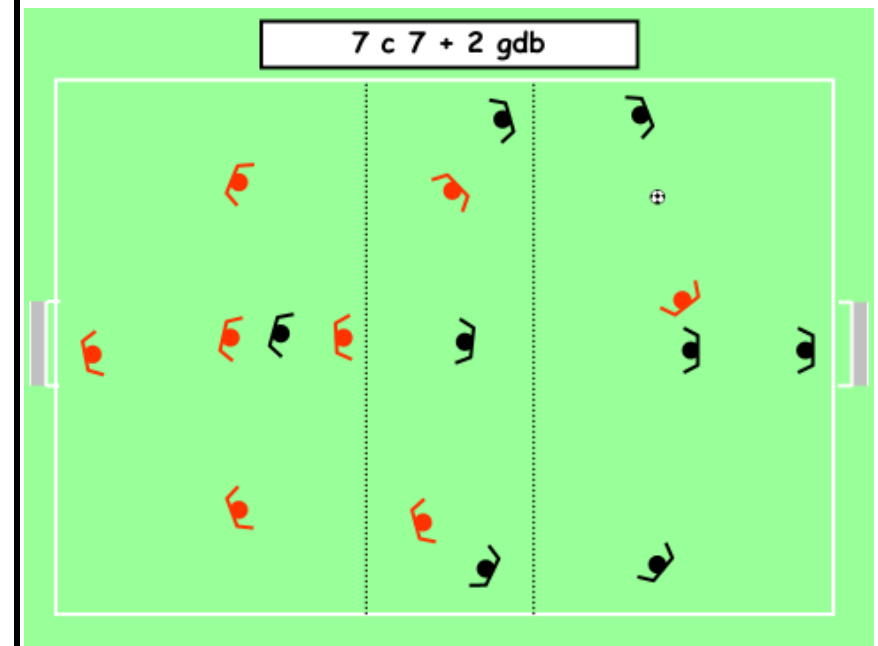
15*



Opposition

recherche du joueur lancé

35*



PA individualisée

S.I.

15*

