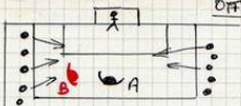


6)

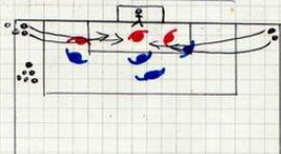


Offensif.

a) A reprend
10 ballons
de la Tête
et essaie de
Marquer.

7) Même exercice, mais A désire pour
B qui tire au but.

8) Duel dans les 18m.

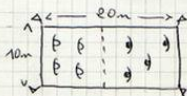


4 Ataq.
3 defen.
5 corners
(2 gauche)
5 corners
(à droite)
5 coups spéc.
droite.
5 coups pres.
à gauche.

10/

JEUX: 1 Match à los buts
marqués de la Tête. compte double

11/



Tennis-balle.

2 passes dans son
camp avant 1 relance;
(laisser le droit à l'adversaire)