AUTRES THEMES

Centres, finition

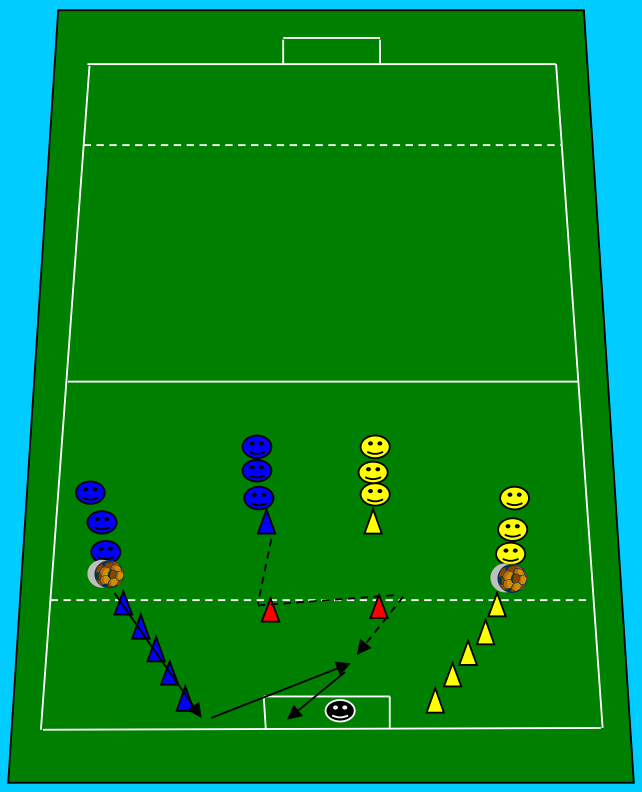
CONDUITE

Par Yoan LEJEUNE -Educateur au Fc Tours

OBJECTIFS

Conduire le ballon puis centre en retrait au sol

MISE EN PLACE, CONSIGNES ET EVOLUTIONS		CRITERES DE REUSSITE
	Facile	Arriver au bon moment devant le but. Effectuer une bonne conduite et un bon centre.
	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	8	
	9	
	10	
	Difficile	



ORGANISATION	
Surface	
Larg.	
Long.	
Diam.	
Matériel	
But	
Piquet	
Barre	
▲	6
△	
▲	2
▲	6
⬭	
⬭	
⬭	
⬭	
▲	
△	
▲	
△	
⚽	6
▲	6
△	
▲	
▲	6
Effectif	
☻	1
☻	6
☺	
☻	
☺	6

CONSEILS

Toucher beaucoup de fois son ballon lors de la conduite. Pour le centre, aller vers la ligne pour effectuer un centre en retrait au sol (les épaules vers le centre). Pour le finisseur, attendre que le centreur ait levé la tête pour accélérer sa course et ainsi attaquer le ballon pour la frappe.

Observations personnelles

Exercices footleps29