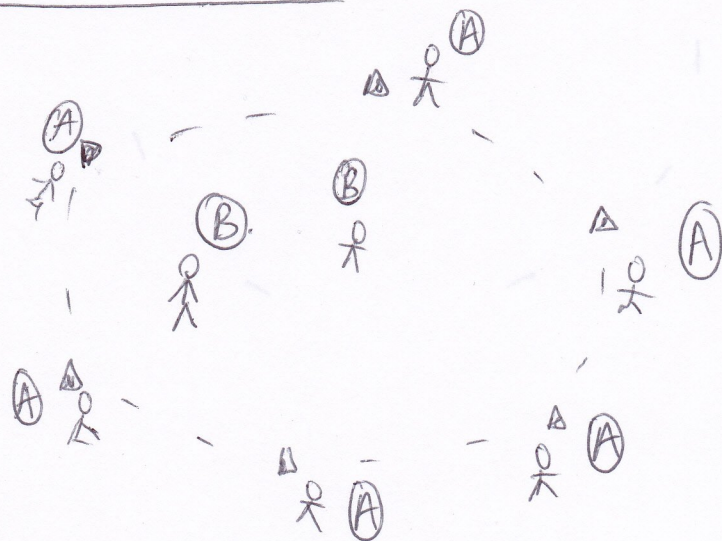


U11.

# Maîtrise ballon / Passes.

10 min. (Echauffement).



objectif: - travail contrôlés / passes.

- Améliorer vision du jeu: lorsque (A) rend le ballon à (B), ce dernier doit trouver un joueur libre pour pouvoir effectuer la passe.

\* Varier conduite / passes :- pied droit / gauche.  
- conduite interne / externe.

Puis inverser les rôles ((A) prend la place à (B)).  
- Toujours être en mouvement.

⚠ Varier la grandeur du cercle suivant le nombre de joueurs.

---