

# FCL - GROUPE EDF - 2020/21

Vendredi 21 août 2020



## Invités



Effectif	14
Joueurs	12
GDB	2
Invités	1
ABS	Taïg - Lucas - Karl
Blessé	

Séance N°: 3

Durée: 54'



## Déroulement de la séance

## Thème:

### 1 CR 4c4+4 Durée: 15'



> Règles:  
Libre intérieur et 2tdb appuis non attaquable  
A/R entre appuis=1pt

> Variantes:  
Appuis en 1tdb

Organisation:	Dimension:	Durée:
4c4+4	25m/20m	3*5'

### 2 Jeu « perte basse » 4c4+4 Durée: 15'



> Règles:  
X passes pour l'équipe en possession = 1pt  
Si perte en partie basse possibilité d'attaquer les 2 petits buts ou de réinstaller la possession

> Variantes:  
Nb de TDB

Organisation:	Dimension:	Durée:
4c4+4	20m/16m	3*5'

### 3 Jeu réduit 4C4+2 GDB Durée: 24'

Terrain: 13/26m  
6 matchs 4'  
Jeu libre  
Victoire=3 pts  
Nul= 1pt  
Défaite= 0pt  
Règles: jeu libre et but partie haute