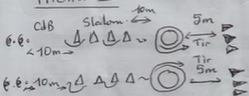
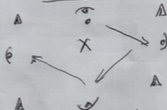


Echauffement avec Jean-Jacques. + Jeu de Tête  
 + Contrôle. - Pied - Genou - Tournant.

Atelier I Duel 2 Equipes.

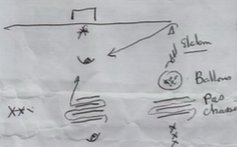


Atelier II

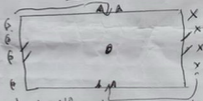


Se faire des passes sans que X intercepte, celui qui rate sa passe va au milieu.

Atelier III



Atelier IV



A l'appel du N° entrer dans la porte DUEL pour marque. D'abord 1 joueur 1x1 puis 2 joueurs 2x2.

Petits Matches