

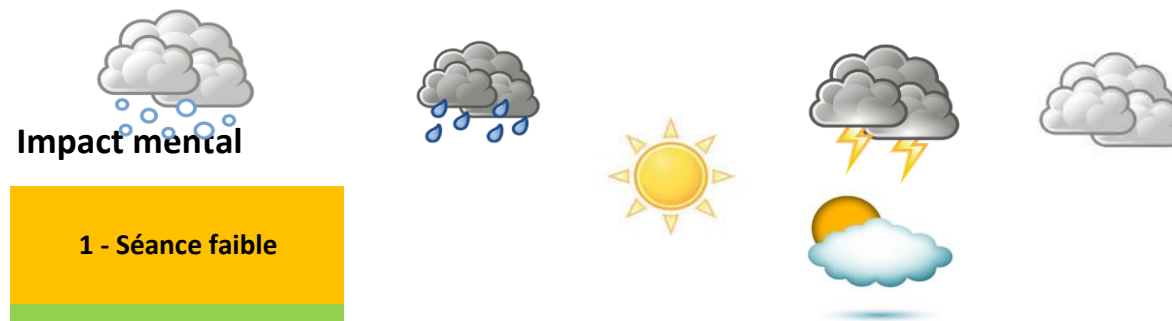


Thème :

Procédés		Tps		Note de fatigue / Présence		Schéma et animation		Descriptifs/consignes	
Technique sur circuit				FOFANA	spé		<p>Technique au poste /8: recherche prise de vit dans l'axe après appui sur un attaquant. Trouver le 2ème att* l'excentré qui plonge le 6 qui plonge</p>	Mise en route technique sur jeu combiné axial pour prise de vitesse	
				KALUVOVIKO	spé				
Pédagogie : PME				URIEV	spé				
				ABDELLI					
35x50m		6		COULIBALY	1				
				CRAMOISAN					
Impact mental	2			LAUP					
			8	HAUGUEL	1				
Durée	12		6	GOUBELLE	1				
				BELHANAIF					
situations au poste		6		SANCHO	1				
			7	GESSEAU	1				
Pédagogie : PMDT				GAKOU					
			7	BUYUK	1				
60x50m		6		NGUESSAN	1				
			7	GUEYE	1				
Impact mental	2		8	FOFANA	1				
			7	CORREIA	1				
Durée	25		6	ANTOINE	1				
				7	NACIRI	1			
Jeu 8c8+GB				MANKOUR			<p>10c10 sur jeu combiné axe Libre 1/2 déf 2T 1/2 off 1T sur la 1ère passe dans la zone off délimité Obj rech de jeu combiné en zone off dans</p>	<p>jeu 8c8 +GB sur thème. 1pt si passe dans la porte axiale. 1 pt sur but. 3T Partout 1T sur 1ère passe dans la zone axiale puis 2T. + complément aérobie 20' pt faible</p>	
				GUITANE	R				
Pédagogie: PMA		6		AMARA	1				
			7	GOMIS	1				
80x50m				VITAL					
			7	HOAREAU	1				
Impact mental	2			COUTURIER					
				TOURE					
Durée	40			AHAMADY					
			7	BOUVIER	1				
		7		GHORZY	1				
				NOSLEN	R				
		115		<b>Total/moy</b>	<b>17</b>				



## Météo



### Impact mental

1 - Séance faible

2 - Séance moyenne

3 - Séance forte

### Intensité de la séance

Intensité faible <350

Intensité modérée 351-400

Intensité Rythmée 401-450

Intensité forte 451-500

Intensité très forte 500 et +

Réalisé par Mickael Lebaillif et publié par



████████████████████