

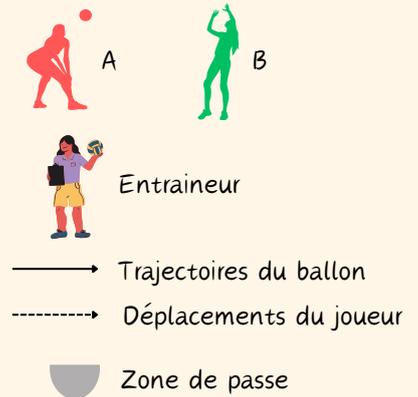
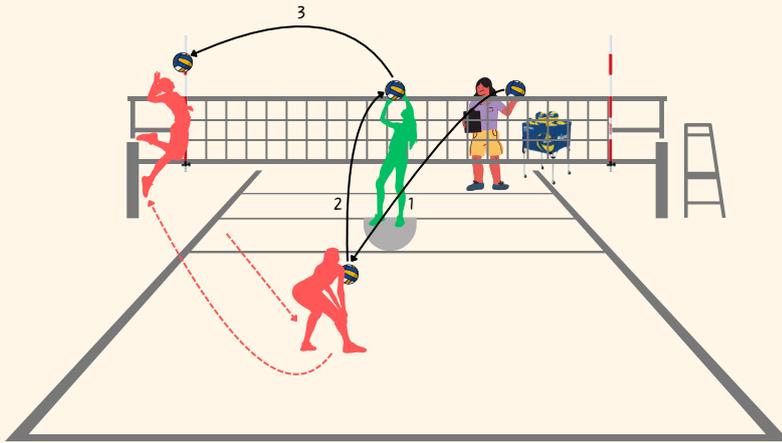


# ATTAQUE EN P4 SUR RELANCE CŒUR DE TERRAIN

## Organisation / matériel

- 2 joueurs minimum
- 1 entraîneur
- Des ballons
- Travail sur terrain entier

## Situation



## Explication

- L'entraîneur lance le ballon sur le **joueur A**.
- Au contact du ballon, le **joueur A** recule de sa position en P4 vers le cœur du terrain au niveau des 3-4m pour qu'il puisse ensuite enchaîner une attaque en P4 (course d'élan de l'intérieur vers l'extérieur en P4).
- Sur le ballon lancé par l'entraîneur, **A** relance sur le **passeur B** situé dans sa zone de passe.
- **B** fait la passe à **A** afin que celui-ci attaque en P4.
- Il est possible de réaliser cet exercice avec plusieurs passeurs et plusieurs attaquants : dans ce cas, les joueurs tournent après chaque action.

LA VIDÉO 

<https://youtu.be/Wwsy62zl4K0>