

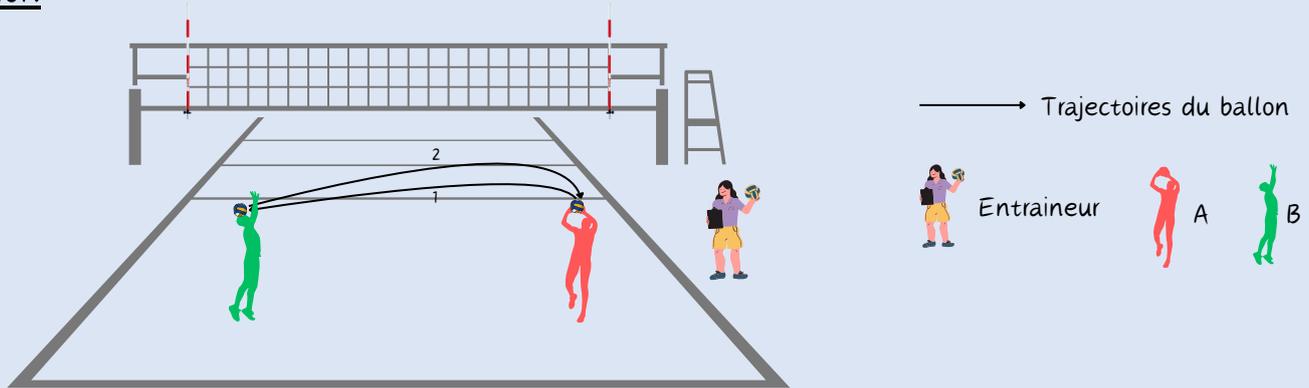


MANIPULATION À 2 JOUEURS AVEC CONTACT DE TÊTE

Organisation / matériel

- 2 joueurs minimum
- 1 entraîneur
- 1 ballon
- Travail sur 1/2 terrain

Situation

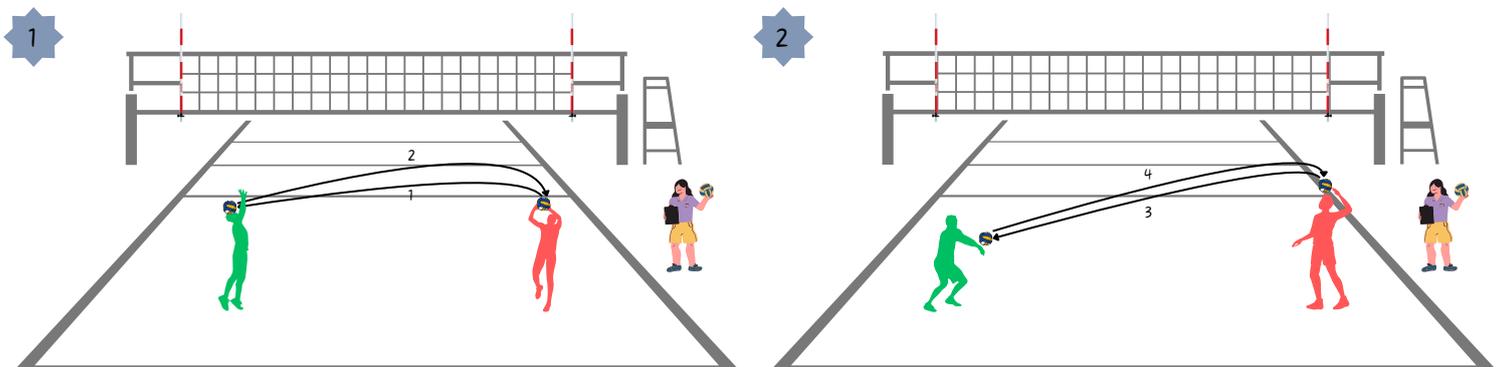


Explication

- A fait la passe à B.
- B simule un contact de passe mais renvoie le ballon à A avec la tête.
- L'exercice continue jusqu'à perte de balle.
- Les joueurs tournent : A -> B et inversement.

Evolution

- Les joueurs effectuent le même exercice mais après que B envoie son ballon à A, A fait défendre B puis les joueurs recommencent l'exercice.



LA VIDÉO 

<https://youtu.be/3z796WMTrd8>