

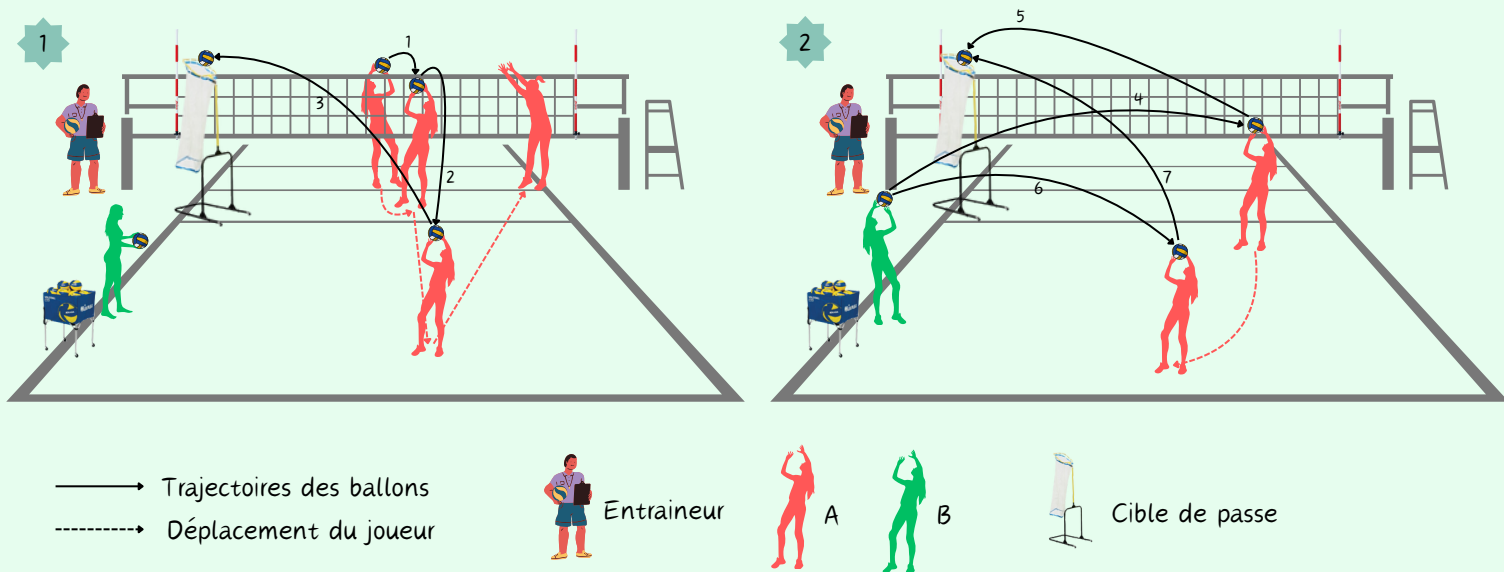


PASSES P4/P2 SUR CIBLE EN SITUATIONS MINIMALES

Organisation / matériel

- 2 joueurs minimum
- 1 entraîneur
- Des ballons
- Travail sur 1 / 2 terrain
- 1 cible de passe

Situation



Explication

- Le **joueur A** se fait une passe au dessus du filet puis va de l'autre côté pour se faire une passe au cœur du terrain en situation minimale où il essaye de viser la cible située en P4. Il effectue ensuite un contre à vide en P2.
- **B** envoie un deuxième ballon à **A** au niveau des 3m afin que celui-ci tente de viser la cible située en P4.
- **B** envoie un dernier ballon à **A** en situation minimale (au cœur du terrain) afin que celui-ci fasse une passe en visant la cible en P4.
- Les joueurs tournent : **A** -> **B**, **B** -> **A**. Il est possible de mettre des joueurs en attente derrière **B**.

Evolution

- Il est possible d'effectuer le même exercice avec la cible de passe située en P2 : le **joueur A** fait donc des passes arrières afin de viser la cible.

LA VIDÉO

<https://youtu.be/HXUqf3hX6jE>