

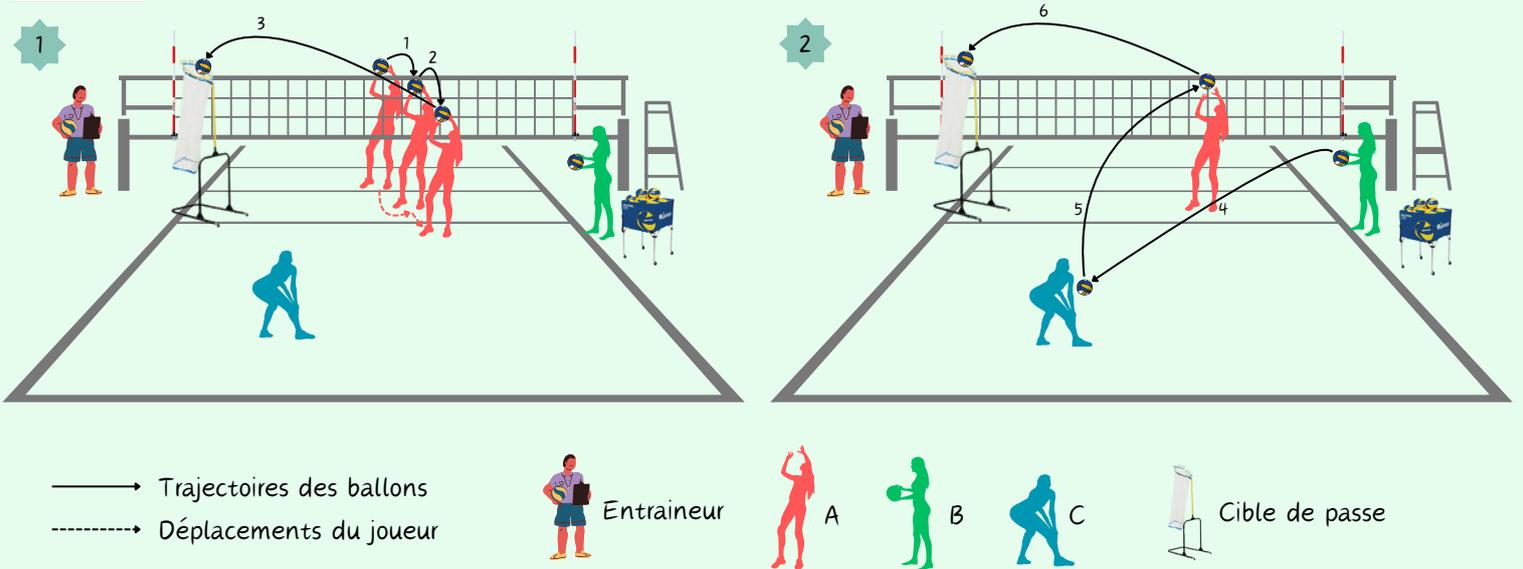


GAMMES DE PASSES P4/P2 SUR RELANCE ET DÉFENSE AVEC CIBLE

Organisation / matériel

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

Situation



Explication

- Le **joueur A** s'envoie un ballon au dessus du filet, passe de l'autre côté du terrain et effectue un contrôle sur lui même. Il effectue ensuite une passe en essayant de viser la cible située en P4.
- **B** envoie ensuite un ballon à **C** situé au cœur du terrain puis **C** relance sur **A**. **A** fait de nouveau une passe en tentant de viser la cible en P4.
- Les joueurs tournent : **A** -> **B**, **B** -> **C**, **C** -> **A**. Il est possible de mettre des joueurs en attente derrière **B** ou **A**.

Evolutions

- Le **joueur B** n'envoie plus un ballon de relance au **joueur C** mais le fait désormais défendre.
- 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/C8LTM8QK9JU>