

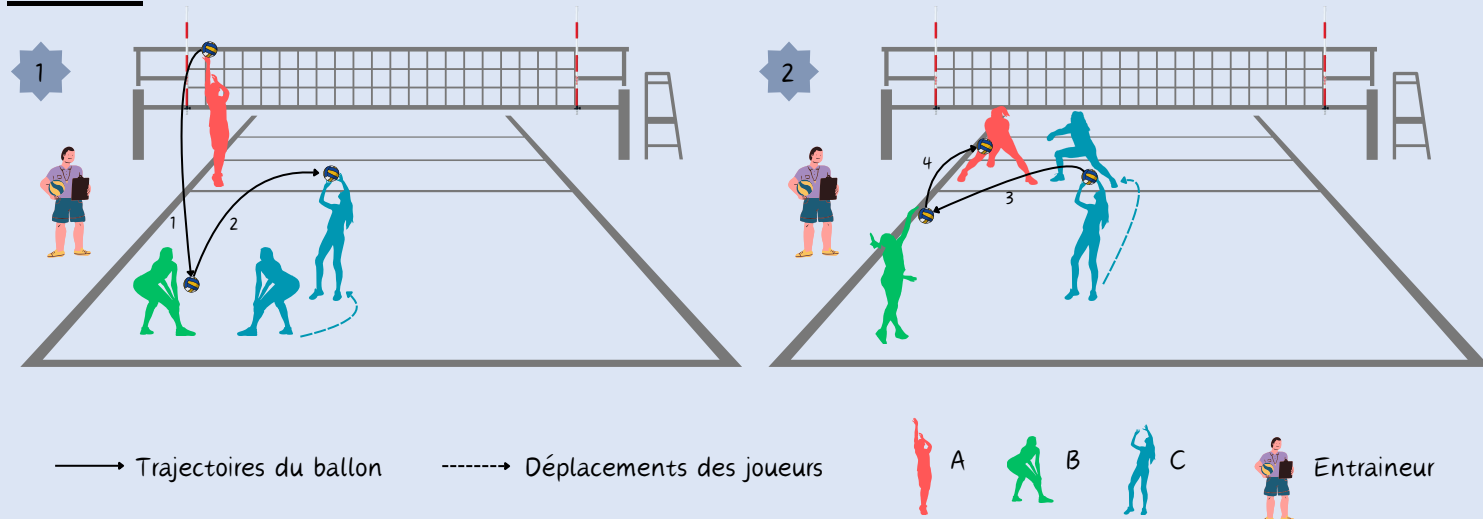


# MANIPULATION DE DÉFENSE À 3 JOUEURS

## Organisation / matériel

- 3 joueurs minimum
- 1 entraîneur
- Des ballons
- Travail sur 1/4 terrain

## Situation



## Explication

- Le **joueur A** fait défendre les joueurs **B** et **C**.
- Le joueur qui touche le ballon (**B** ici) défend sur l'autre joueur (**C** ici) qui se sera déplacé vers l'avant du terrain pour lui renvoyer le ballon en passe.
- Après son contact, **C** se déplace très rapidement à côté de **A** afin de poursuivre l'exercice.
- **B** fait défendre à son tour les joueurs **A** et **C**.
- A chaque fois, c'est le joueur qui ne touche pas le ballon en défense qui se déplace pour effectuer une passe.
- L'exercice se poursuit donc de la même manière jusqu'à perte de balle.

LA VIDÉO 

[https://youtu.be/KZ83\\_eYEhM4](https://youtu.be/KZ83_eYEhM4)