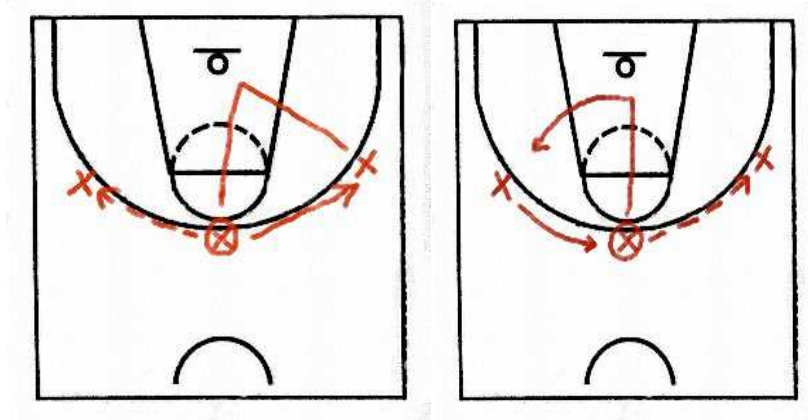


Le Jeu Sans Ballon : Niveau Initié

Objectif : Perfectionnement des déplacements des joueurs extérieurs

Situation



Même exercice qu'au niveau 2. Introduire les notions de jeu à l'opposé du ballon, de démarquage en back-door (en ajoutant un plot au-dessus de chacun des espaces)

Consignes

Après avoir couper vers le panier je vais à l'opposé.

Etre continuellement en mouvement : joueurs et ballon

1 ballon pour 3 joueurs