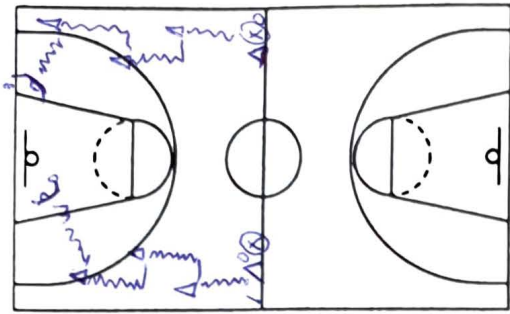


DATE : 24/11/19

THÈME DE SÉANCE : Dribble

PUBLIC : Sébastien



Matériel : 2 Cones, 6 coupelles, 2 bandelle Hes
2 groupe, 1 à G. 1 à D.
U7 = Cone côté/droit, départ MD, changement de main
croisé devant puis MG, idem au 3^{ème} après le
3^{ème} driblé vers la bandelette et shoot
Variante U9 = changement croisé et entre
les jambes
U11 = 1 changement croisé, 1 entre les
jambes, 1 reverse

