



RASSEMBLEMENT FEMININ - 30/10/2019



- **Date** : Mercredi 30 octobre 2019
- **Lieu** : ALBERTVILLE – terrain synthétique

✓ **Filles présentes :**

Le matin : 30 joueuses U12F-U14F

L'après-midi : 20 joueuses U8F-U11F

✓ **Encadrement :**

- BILLIET Damien (CT 73)
- SERRA Michaël (CT 73)
- FROGER Edouard (CTD 73)

✓ **Le programme détaillé :**

Séance U12F-U14F :

- Exercice technique (prise de balle + enchaînements passes)
- Situation Agrandir Espace de Jeu au départ du GB
- Jeu tactique défensif sur Défendre Axe Ballon But
- Jeu réduit 5 contre 5 ou 4 contre 4

Séance U9F-U11F :

- Exercice technique (prise de balle + enchaînements conduite ou tir)
- Situation Agrandir Espace de Jeu à 4 contre 2
- Jeu tactique défensif sur Défendre Axe Ballon But
- Jeu réduit 5 contre 5 ou 4 contre 4

Prochain rassemblement :
le mercredi 08/01/2020 (pratique FUTSAL)
(Lieu à définir)