



## RASSEMBLEMENT FEMININ - 04/03/2020



- **Date** : Mercredi 04 mars 2020
- **Lieu** : ST PIERRE DE BELLEVILLE

✓ **Filles présentes :**

Le matin : 20 joueuses U12F-U14F

L'après-midi : 15 joueuses U8F-U11F

✓ **Encadrement :**

- SERRA Michaël (CT 73)
- JUGLARET Jimmy (ETD 73)
- FROGER Edouard (CTD 73)

✓ **Le programme détaillé :**

**Séance U12F-U14F :**

- Exercice technique (prise de balle + enchaînements passes) sous pression
- Situation sur Déséquilibrer - Finir
- Jeu tactique défensif sur Défendre Axe Ballon But
- Jeu 8 vs 8 sur le thème Agrandir l'espace de jeu (largeur)

**Séance U9F-U11F :**

- Exercice technique (prise de balle + enchaînements)
- Atelier Motricité sur la vitesse de réaction
- Situation Agrandir Espace de Jeu à 5 contre 3
- Jeu tactique offensif sur la finition

✓ **Les remerciements :**

Au club de l'**USC AIGUEBELLE** pour la qualité de l'accueil et la mise à disposition du terrain de ST PIERRE DE BELLEVILLE et du matériel pédagogique.

A la municipalité de **ST PIERRE DE BELLEVILLE**, pour le prêt des installations sportives.