


JEUX REDUITS

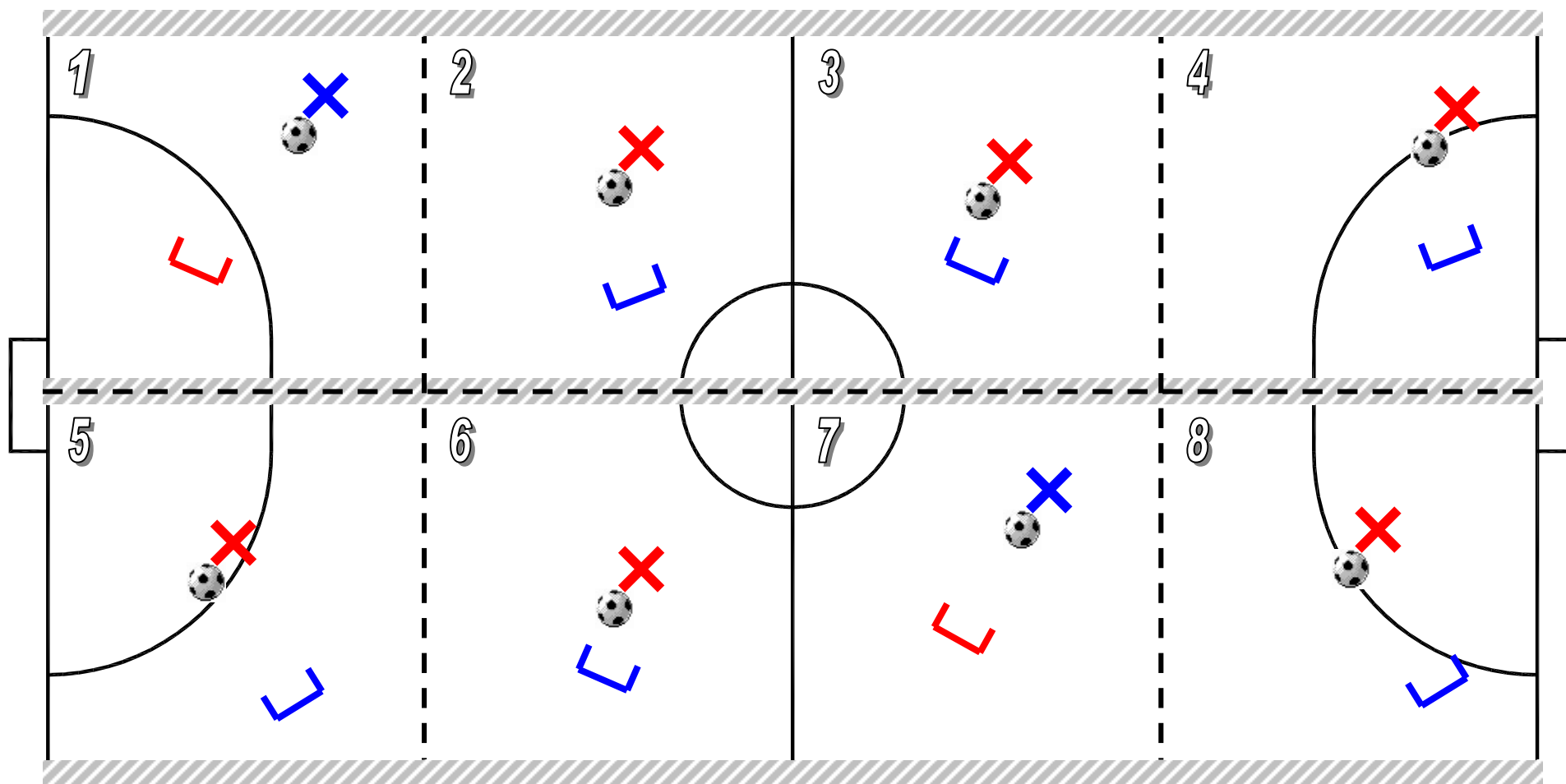
Découpage du gymnase en 8 parties

1 contre 1

Stop-ball: arrêter le ballon avec la semelle sur la zone hachurée 

Déroulement : séquence d'une minute, montante/descendante

Objectifs : duels, défendre debout, dribbles, travail physique



Réalisé par Olivier Launois