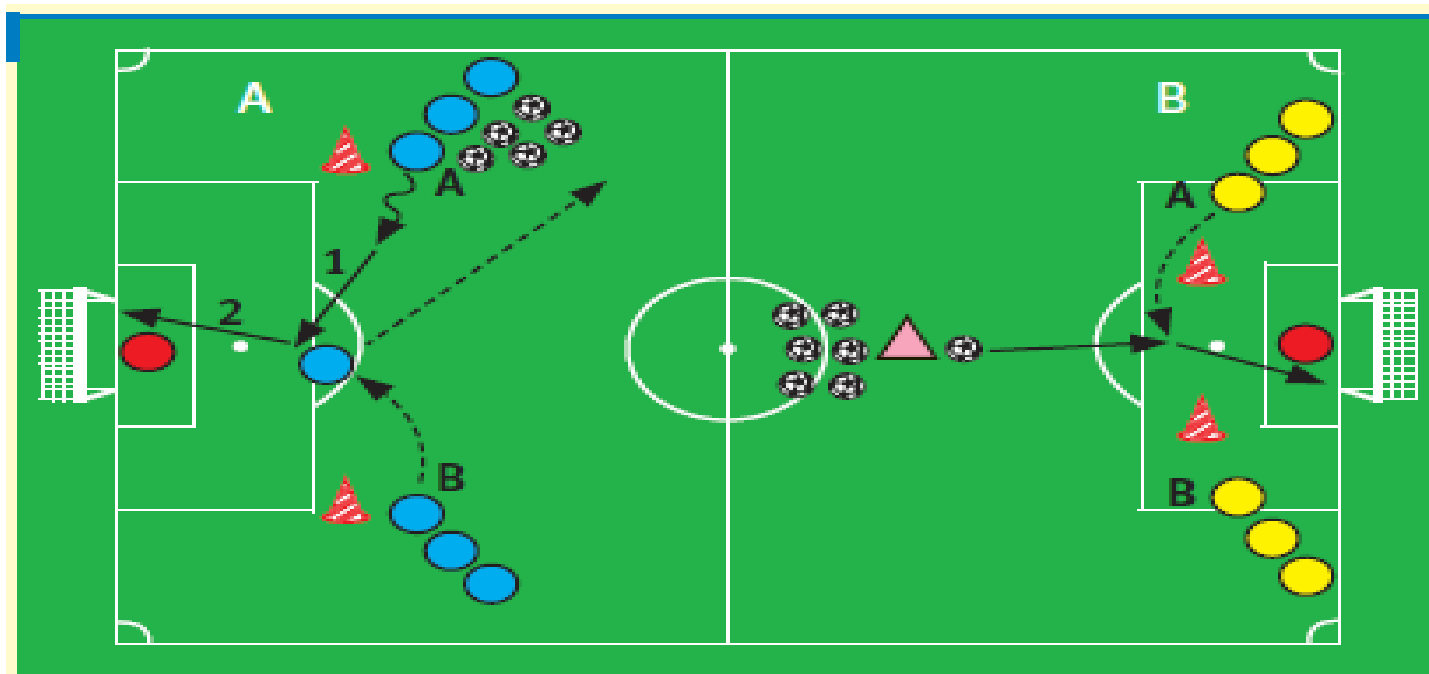


FRAPPE DIRECTE APRÈS LA COURSE

**Organisation :**

- ✓ 6 à 8 joueurs par station + gardiens
- ✓ 2 plateaux de travail différents
- ✓ 2 buts
- ✓ Ballons et cônes

Points de correction :

- ✓ Pied d'appui, hanches et épaules en direction du but
- ✓ Pied de frappe ferme
- ✓ Se pencher vers l'avant
- ✓ Genou au-dessus du ballon
- ✓ Terminer le geste vers l'avant sans arrêter sèchement
- ✓ Si possible, retomber sur le pied de frappe.

Règles :**Terrain A :**

- ✓ A conduit et joue dans la course de B qui tire en pivot
- ✓ Après la passe et le tir on change de position
- ✓ L'action part d'un côté et, après quelques tirs, de l'autre

Variante :

- ✓ A conduit et joue à B qui remise dans la course de A qui frappe directement.

Terrain B :

- ✓ L'entraîneur joue entre les cônes pour A ou B qui viennent en course opposée.