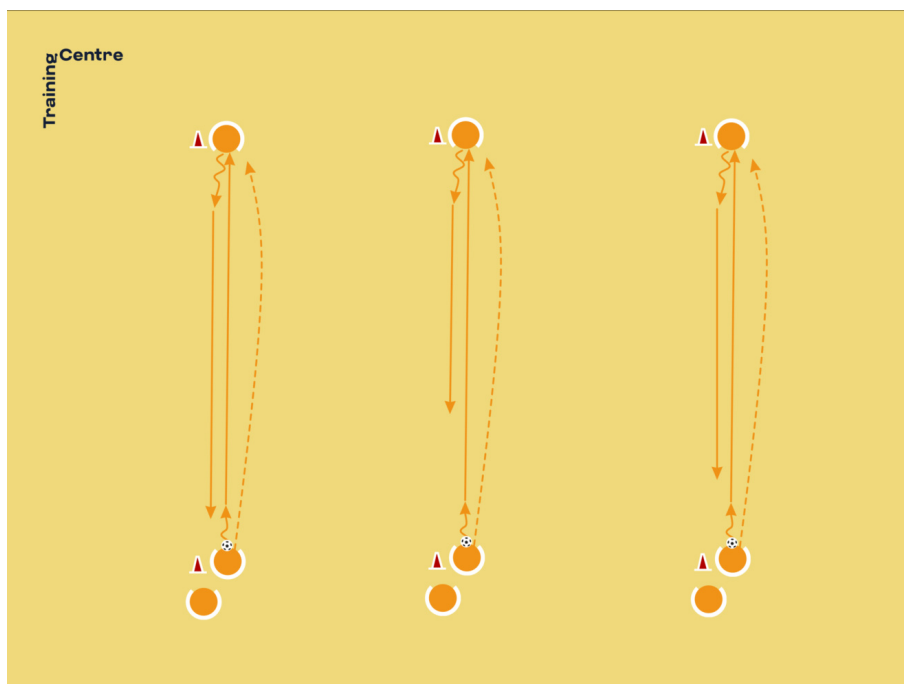


Beach soccer —●— Passe et suit



Organisation

- Matérialiser des colonnes de 10 mètres de long à l'aide de plots.
- Placer trois joueurs par colonne : deux au point de départ et un autre au plot opposé.
- Prévoir un ballon par colonne, au niveau du point de départ..

Explications

- Conduire le ballon sur deux-trois mètres, réaliser une passe en l'air et en mouvement en direction du joueur situé au plot opposé, puis suivre son ballon.

Variantes

- Même exercice, mais arrêter le ballon avant de réaliser la passe.
- Même exercice, mais arrêter le ballon et le lever afin de réaliser une passe de volée .
- Trois touches obligatoires : contrôle vers l'avant, levé du ballon, passe de volée.

Points essentiels

- Idéalement, la passe doit arriver directement dans les pieds afin de mettre le receveur dans les meilleures conditions, et d'éviter un éventuel faux rebond.
- Les joueurs devront veiller à ce que le ballon ne se trouve pas dans un creux lorsque la passe est effectuée en mouvement.