**Séance entrainement U10 du mercredi 7 mars 2018**

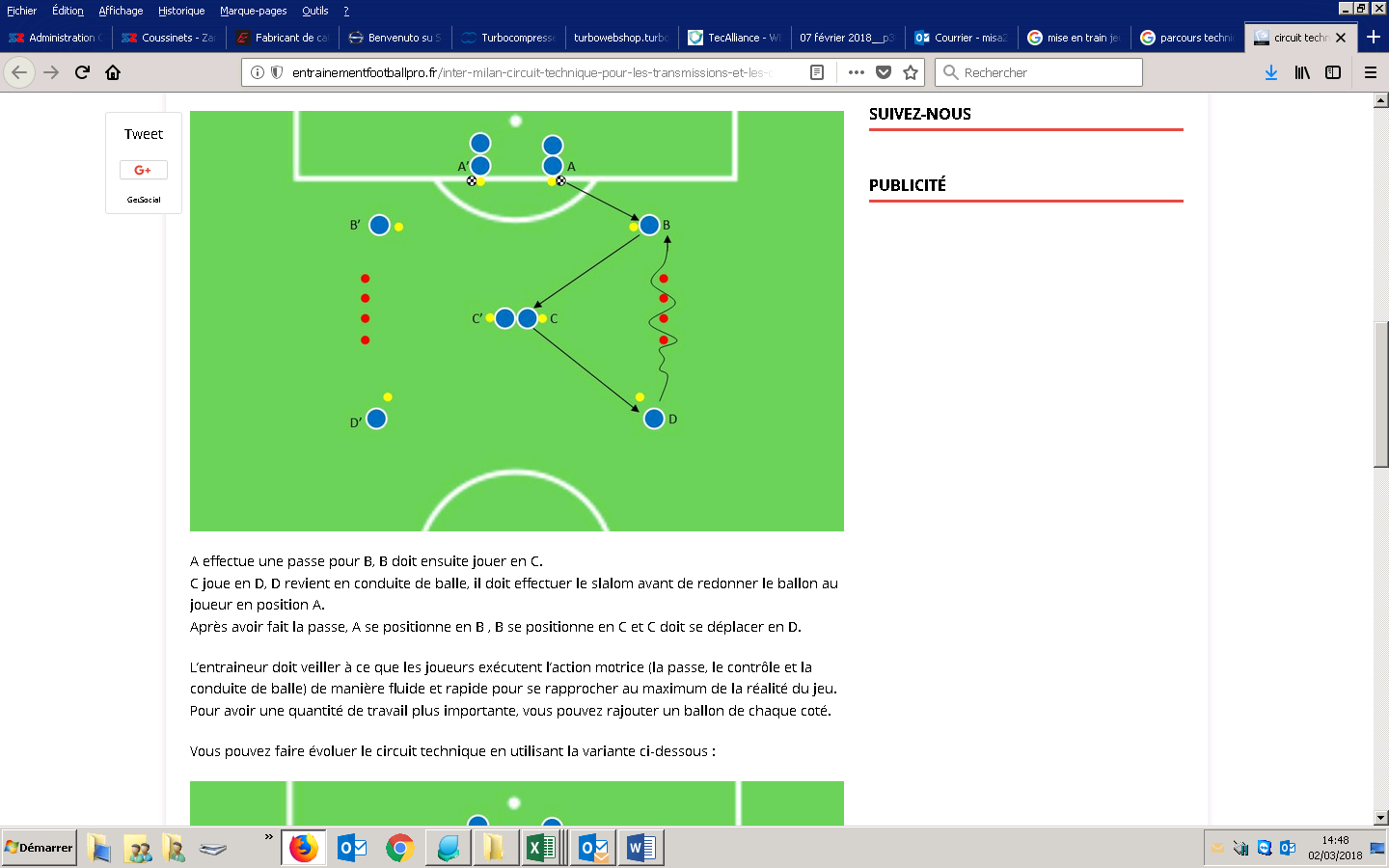
Phase de jeu : s’opposer à la progression

Thème : Récupérer le ballon en bloc

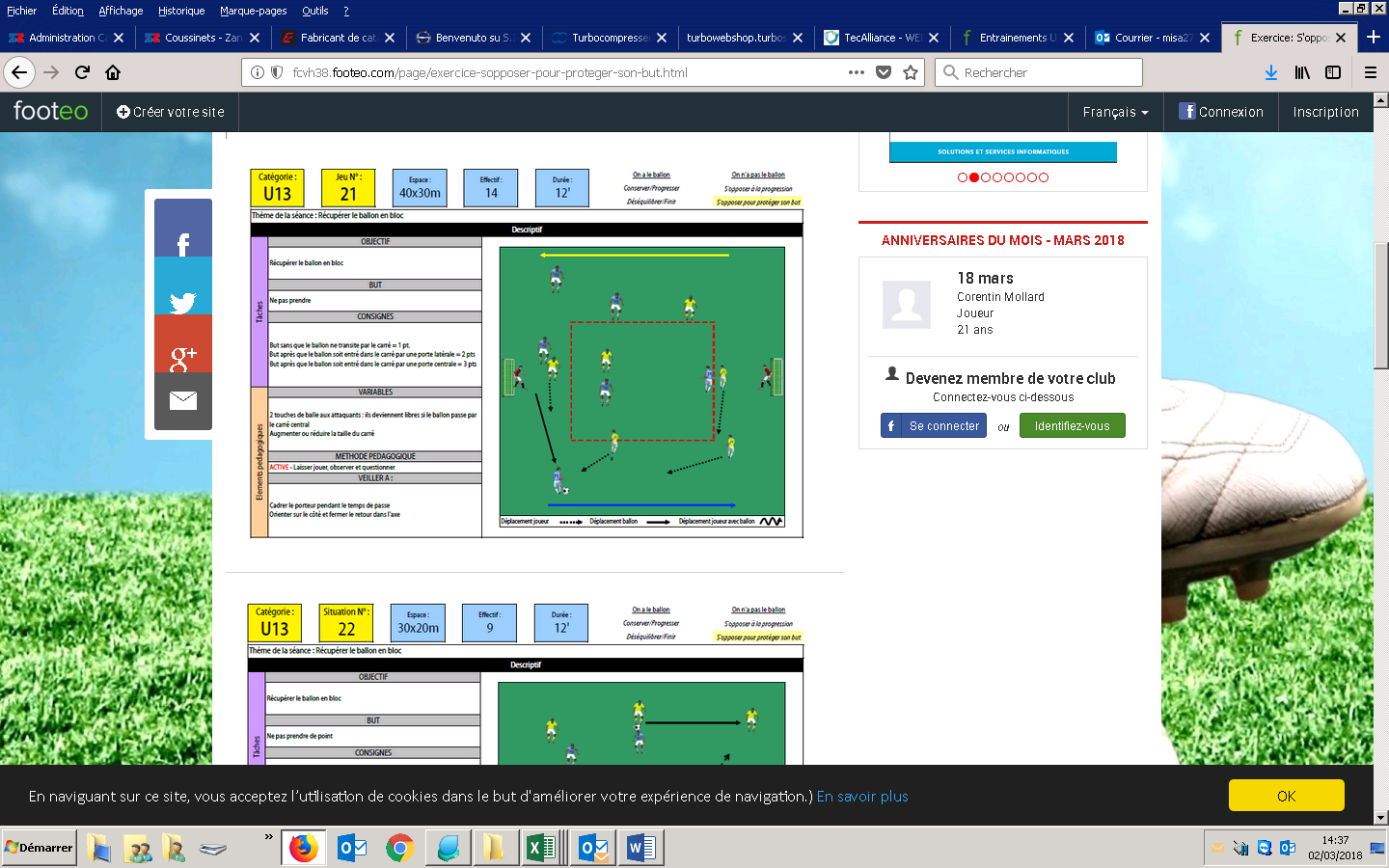
1. **Jonglage (10 minutes)**
2. **Echauffement : passe, contrôle. (15 min)**



1. **parcours technique / passe , contrôle, conduite de balle ( 15 min)**



1. **situation (20 min)**

**5 ) jeu (20 min)**

**6 ) Jeu (20 min)**