

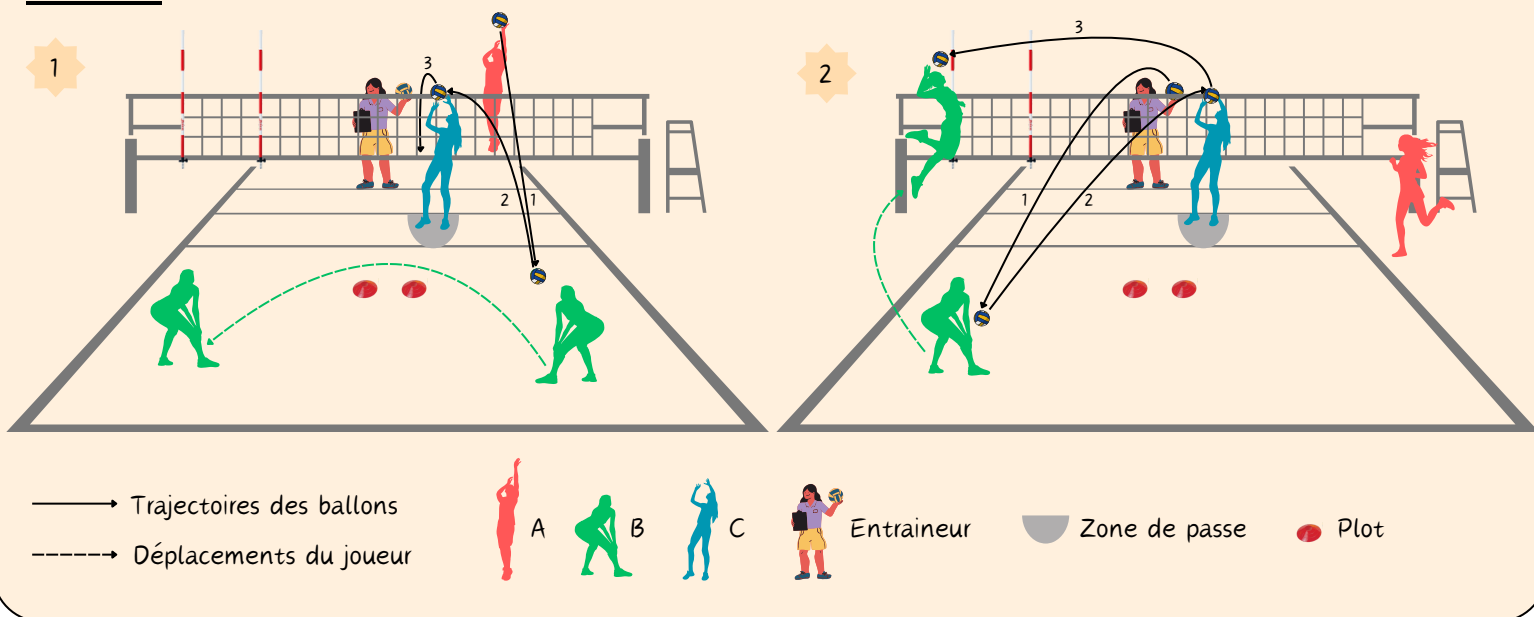


SERVICE/RÉCEPTION AVEC DÉPLACEMENT + ENCHAÎNEMENT D'ATTAQUE EN P4

Organisation / matériel

- 3 joueurs minimum
- Travail sur terrain entier
- Des ballons
- 1 entraîneur
- Des plots

Situation



Explication

- A effectue un service sur le joueur B en P1 qui réceptionne sur le passeur C situé dans sa zone de passe puis B contourne les plots pour aller se placer en P5.
- C envoie le ballon de l'autre côté du terrain par dessus le filet. Il peut éventuellement s'entraîner à faire des deuxièmes mains.
- L'entraîneur envoie une relance au joueur B en P5.
- B relance sur C qui lui fait une passe en P4 afin qu'il attaque entre les 2 mires.
- Les joueurs tournent : A prend la place de B et inversement. Le passeur C reste fixe. Il est possible de rajouter des joueurs en attente derrière A ou B et de réaliser l'exercice avec plusieurs passeurs. Dans ce cas, ces derniers tournent à chaque action.

LA VIDÉO

<https://youtu.be/M4GeF6HF1E4>