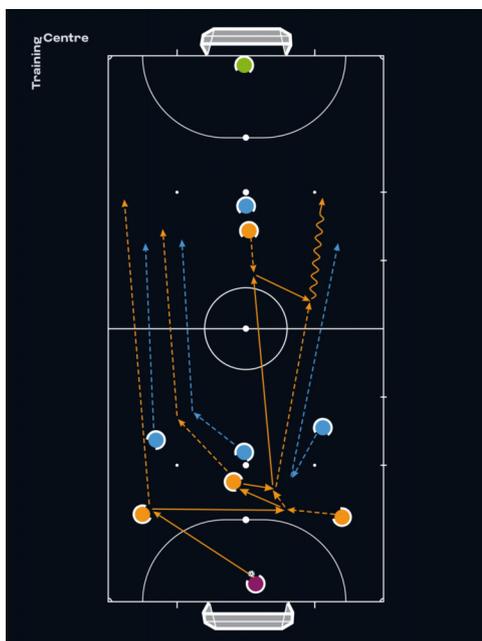


Futsal- Construire depuis l'arrière sous la pression



Organisation

- Utiliser le terrain entier
- Organiser un 4 contre 4, plus deux gardiens.
- Mettre en place, pour chaque équipe, une formation en 3-1, avec un 3 contre 3 dans une moitié de terrain et un 1 contre 1 (joueurs en pivot) dans l'autre moitié.

Explication

- L'exercice commence avec une passe courte du gardien à l'un des joueurs dans sa moitié de terrain.
- Les trois joueurs doivent ensuite réussir trois passes malgré le pressing avant de pouvoir transmettre au pivot positionné dans la moitié adverse.
- Quand une équipe perd la possession, l'exercice recommence avec le gardien adverse.

Éléments techniques

- Les pivots doivent percevoir les espaces potentiels et se déplacer de manière à offrir des lignes de passe à leurs coéquipiers.
- Utiliser toute la largeur du terrain pour se défaire du pressing adverse.
- Mettre son corps en opposition pour gêner l'adversaire et ouvrir une ligne de passe pour le porteur.