

Fondamentaux individuels principaux en U17-U18-U20-Seniors

Evidemment les fondamentaux U9-U11 et U13-U15 doivent être également acquis

PLACEMENT		
Je suis capable de me placer correctement en fonction du système demandé	Je suis capable de repérer les espaces libres ou les erreurs défensives pour en profiter	
DRIBBLE		
Je suis capable d'enchaîner plusieurs changements de direction		
PASSES ET RECEPTIONS		
Je suis capable de faire une passe dans le dos	Je suis capable de faire une passe entre les jambes	
TIRS		
Je suis capable de faire un flotteur	Je suis capable de faire un step back	
DEFENSE		
Je suis capable de défendre en indiv	Je suis capable de défendre en zone	Je communique en défense