

LES CRITERES DE REALISATION GARDIEN(NE) DE BUT

✓ La position de base

Rester en mouvement pour être le plus réactif possible.

« Il n'y a qu'un seul ballon vous devez donc l'avoir ! »

✓ Les prises de balles



La prise face mi-hauteur

PRISE DE BALLE « M »



La prise face mi-hauteur

PRISE DE BALLE « NICHE »



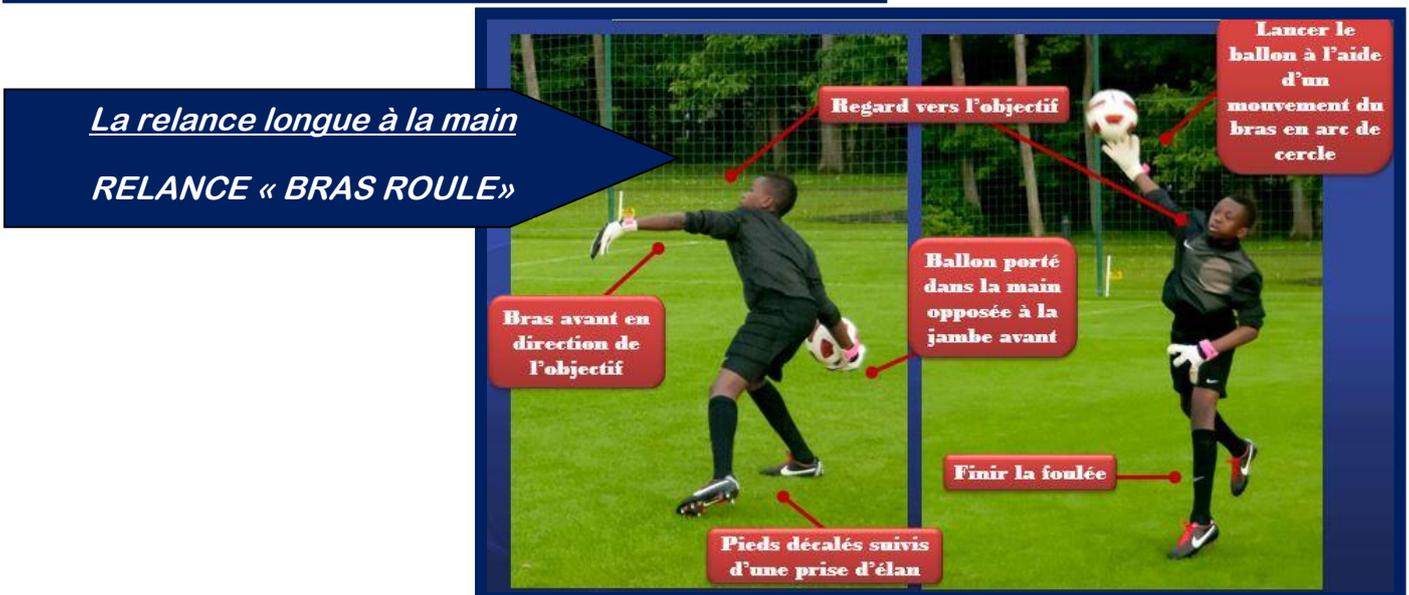
La prise face au sol

PRISE DE BALLE « CEUILLETTE »

✓ Les relances



La relance courte à la main
RELANCE « BOWLING »



La relance au pied

✓ Les plongeurs

Le plongeon de face

AU SOL



Le plongeon latéral

AU SOL



Le plongeon latéral

MI HAUTEUR

« La plupart des enfants rêvent de marquer le but parfait. Moi j'ai toujours rêvé de l'arrêter » (Iker Casillas)