

**TACTIQUE, bien attaquer ou se défendre face à des balles éloignées (balles loin à la droite, balle loin à la gauche)**

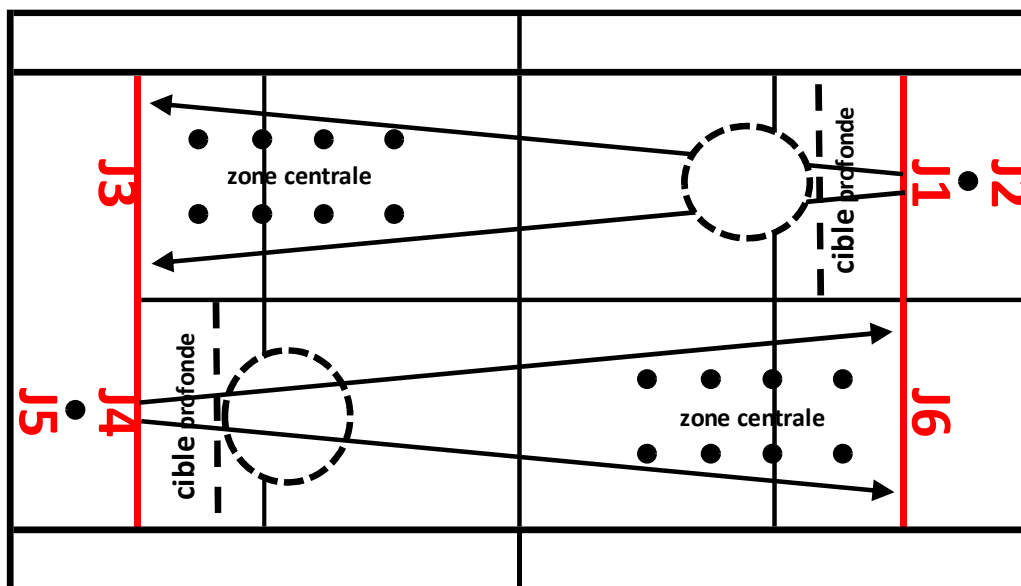


**TEMPS : 20 minutes (ABM) – Coup droit ou revers**

### POINTS D'ENSEIGNEMENT

**Synthèse :** *Balle rouge (défensive, remettre en jeu profondément).  
Balle verte (attaque, faire bouger l'adversaire).*

### EXERCICE



<b>Envoi :</b>	En position de coup droit, J1 envoie une balle loin à la droite ou à la gauche de J3. J4 fera de même en direction de J6.
<b>Projection :</b>	J3 retourne la balle à l'extérieur du beigne (si balle verte) ou remettre en jeu profondément (si balle rouge) et joue le point face à J1.
<b>Mobilité :</b>	Pour avoir le droit de jouer le point, J3 doit identifier la couleur de la balle (selon la balle reçue) et frapper la balle (1 <sup>re</sup> balle reçue) à l'intérieur de la bonne cible. À la fin du point, J1 laisse la place à J2.
<b>Système de pointage :</b>	Le premier joueur entre J1 et J2 qui marque 3 points va remplacer J3.
<b>Rotation :</b>	Après 10 minutes, les envois se feront à partir du revers.