




## PLANIFICATION 10 SEMAINES **JAUNE 2**

			
			
			
SEMAINE	COUPS APRÈS REBOND	SERVICE	FILET
#1	<a href="#">Coopération, hauteur</a>	Coopération, P.M.B.	<a href="#">Volée, coopération P.M.B.</a>
#2	<a href="#">Coopération distance</a>	<a href="#">Coopération, hauteur</a>	<a href="#">Jeux complémentaires, coopération hauteur (coups après rebond)</a>
#3	<a href="#">Coopération, direction</a>	<a href="#">Coopération, distance</a>	<a href="#">Volée, coopération P.M.B.</a>
#4	<a href="#">Coopération, distance-direction</a>	<a href="#">Coopération, direction</a>	<a href="#">Jeux complémentaires, coopération distance (coups après rebond)</a>
#5	<a href="#">Adaptation, distance (recevoir balles hautes et profondes ou balles courtes) sur le coup droit</a>	<a href="#">Coopération, distance-direction</a>	<a href="#">Volée, coopération P.M.B.</a>
#6	<a href="#">Adaptation, distance (recevoir balles hautes et profondes ou balles courtes) sur le revers</a>	<a href="#">Coopération, distance-direction</a>	<a href="#">Jeux complémentaires, coopération direction (coups après rebond)</a>
#7	<a href="#">Adaptation, direction (recevoir balles loin à droite ou loin à gauche)</a>	<a href="#">Jeux complémentaires, coopération distance (service)</a>	<a href="#">Jeu en simple</a>
#8	<a href="#">Adaptation, distance-direction</a>	<a href="#">Opposition, direction</a>	<a href="#">Jeux complémentaires, Coopération distance-direction (coups après rebond)</a>
#9	<a href="#">Opposition, direction (varier la direction de la balle)</a>	<a href="#">Jeux complémentaires, coopération direction (service)</a>	<a href="#">Jeu en simple</a>
#10	<a href="#">Opposition, distance (faire un amorti ou frapper profondément dans le terrain)</a>	<a href="#">Jeux complémentaires, coopération distance-direction (service)</a>	<a href="#">Jeu en simple</a>