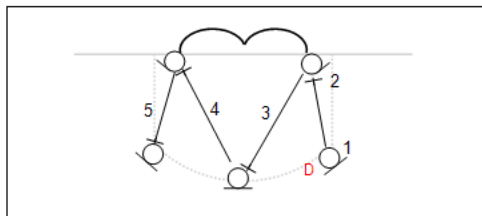


**Titre: D4-Déplacement en M**

**Cat #1:**

**Cat #2:**



- 1 -
- 2 -
- 3 -
- 4 -

- 5 -
- 6 -
- 7 -
- 8 -

3 fois de chaque cotés.

    minutes.

**Points clés:**

**Notes:**

Départ en position de base en face du point de mise au jeu.  
Demander au gardien d'accélérer la cadence après quelques exécutions.