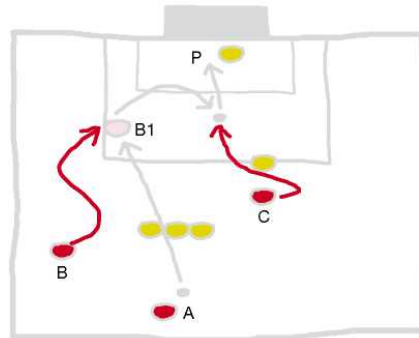




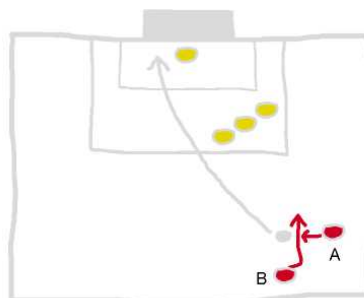
EXERCICES DE BALLE ARRETEES Réalisés par le staff technique du Milan AC

Exercice de coups franc indirect :



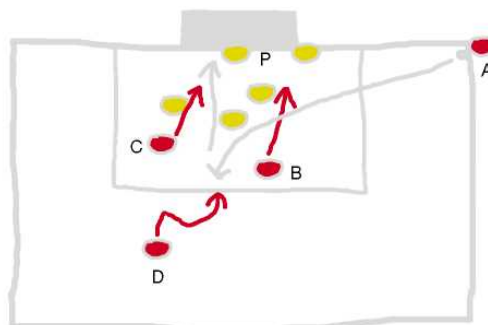
Le joueur A feinte le tir au but et sert B qui se déplaçant en B1 détourne de la tête pour le jour C qui conclut.

Exercice de coup franc direct



Le joueur B feinte la frappe, immédiatement le joueur A effectue un tir direct

Exercice de corner



Les joueurs B et C s'élancent vers le but. Le joueur A qui frappe le corner sert le joueur D venu de loin, qui à la limite de la surface de réparation frappe pour conclure.