

Rugby

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Rugby : guide de l'entraîneur : fondamentaux et entraînement, de la formation à la performance [Texte imprimé] / Serge Collinet

Ensemble : Rugby 1

Auteur(s) : Collinet, Serge (1966?-....)

Editeur, producteur : Paris : Amphora, cop. 2013 (impr. en Espagne)

Description matérielle : 1 vol. (191 p.) : ill. en noir et en coul., couv. ill. en coul. ; 24 cm

ISBN : 978-2-85180-857-8

EAN : 9782851808578

Classification décimale Dewey : 796.333 077 23

Note(s) : Contient un flashcode

Résumé ou extrait : Cet ouvrage présente les principes fondamentaux du rugby à connaître afin d'évaluer ses joueurs, organiser ses séances et planifier sa saison. Il détaille par la suite près de 600 situations d'entraînement et variantes présentées sous forme de fiches et classées par thèmes : avancer, La passe, attitudes au contact, plaquage, jeu devant et dans la défense, jeu au pied, la touche, la mêlée... Chaque fiche, illustrée de schémas ou photos, apporte les informations nécessaires à la bonne exploitation de chaque situation : objectif, niveau de difficulté, mise en place et lancement de jeu, consignes, effets recherchés... De la formation du joueur à la performance, voici le guide de référence pour tout encadrant souhaitant mettre en place des entraînements cohérents.

Sujet - Nom commun : Rugby -- Entraînement