

# ADEQUATION DE PROFILS - PLAN D'ACTION & PREPARATION D'UNE ÉCHÉANCE

NOM / PRÉNOM DE L'ADVERSAIRE :

.....

NOM / PRÉNOM DE L'ATHLÈTE :

.....

NB. DE SEMAINES AVANT L'ÉCHÉANCE :

.....

NATURE DE LA RENCONTRE / SPÉCIALITÉ :

.....

**PROFIL (SYNTHÉTIQUE)  
DE L'ADVERSAIRE À VENIR**

**PROFIL (SYNTHÉTIQUE)  
DE L'ATHLÈTE LUI-MÊME**

**PLAN D'ACTION POUR LE COMBAT À VENIR**  
(choix technico-tactiques en trois points au maximum)

**ORIENTATION DE L'ENTRAÎNEMENT  
POUR LA PÉRIODE PRÉPARATOIRE À L'ÉCHÉANCE**

À formuler en termes de points forts et faiblesses : en trois ou quatre points au maximum

À formuler en termes de points forts et faiblesses : en trois ou quatre points au maximum

A formuler en 3 ou 4 points au maximum en termes de :  
- UTILISATION DES RESSOURCES DE L'ATHLÈTE lui-même (notamment ses points forts) et REMÉDIATION de ses faiblesses  
- ADAPTATION aux caractéristiques adverses et comportements prévisibles de l'adversaire  
- MANŒUVRE de l'adversaire  
- NEUTRALISATION ou/et EXPLOITATION des comportements adverses.

À formuler en termes de thèmes de travail et d'organisation

CARACTÉRISTIQUES

CARACTÉRISTIQUES

STYLE

STYLE

ACTIONS DE COMBAT

ACTIONS DE COMBAT