



3 vs 2 Coni Colorati

ABILITA'	3 vs 2	ALTRE	Reazione
----------	--------	-------	----------

PER LE CATEGORIE			
U 6	U 8	U 10	U 12
U 14	U 16	U 18	U 20

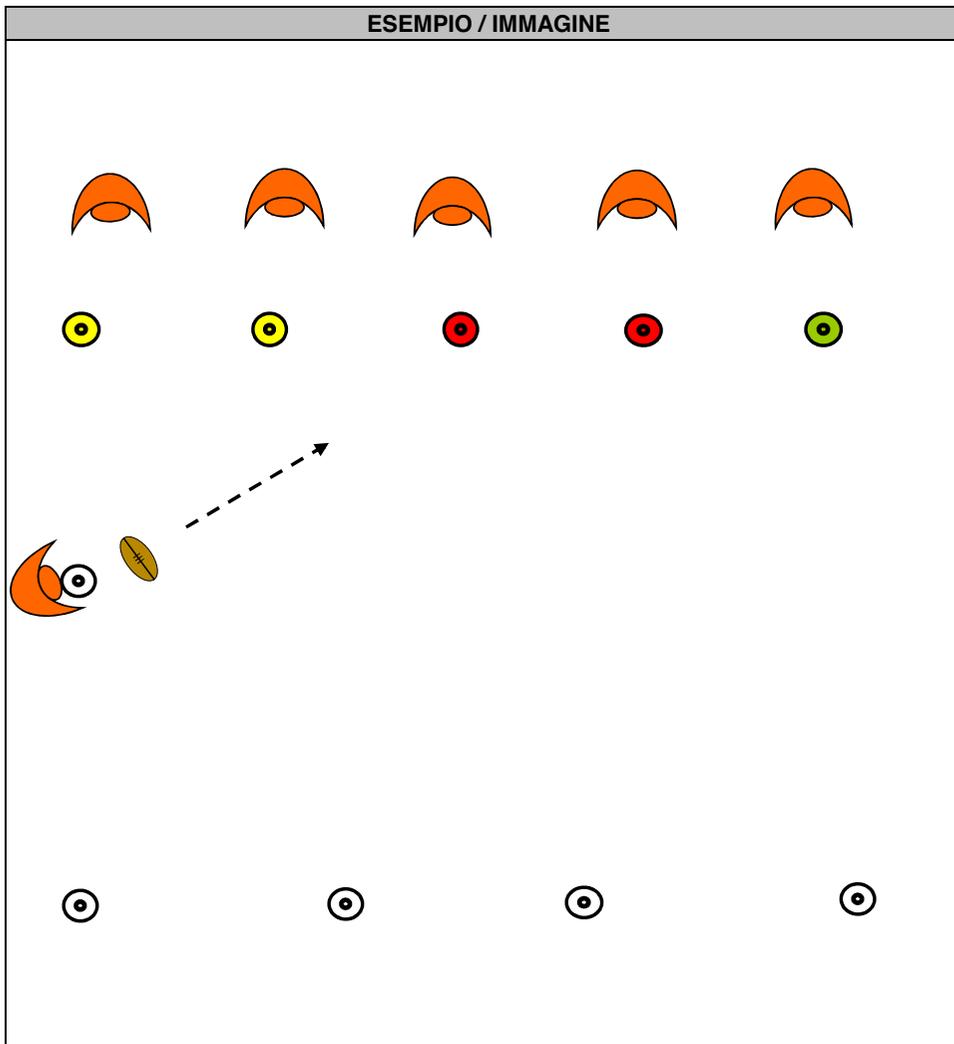
PUNTI CHIAVE

- Comunicazione
- Mani a WW
- Spingere con i polsi
- Capacità lettura della situazione

MATERIALI

-  1
-   in abbondanza

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Posizionare 5 coni con colori abbinati (es 2 rossi + 2 gialli + 1 verde)
- Altri 4 coni difronte distanti 10 m
- L'allenatore chiamerà un colore dei coni (es giallo) e i due giocatori interessati andranno correndo sui coni posti sul lato opposto diventando difensori
- Il mediano di mischia passerà la palla ai tre attaccanti rimasti per creare un 3 vs 2
- Terminata l'azione i giocatori torneranno sui coni colorati scambiandosi le posizioni