



1 vs 1 Obbligare Rombo

PER LE CATEGORIE

U 6	U 8	U 10	U 12
U 14	U 16	U 18	U 20

ABILITA'

Prendere e Passare

ALTRE

Reazione

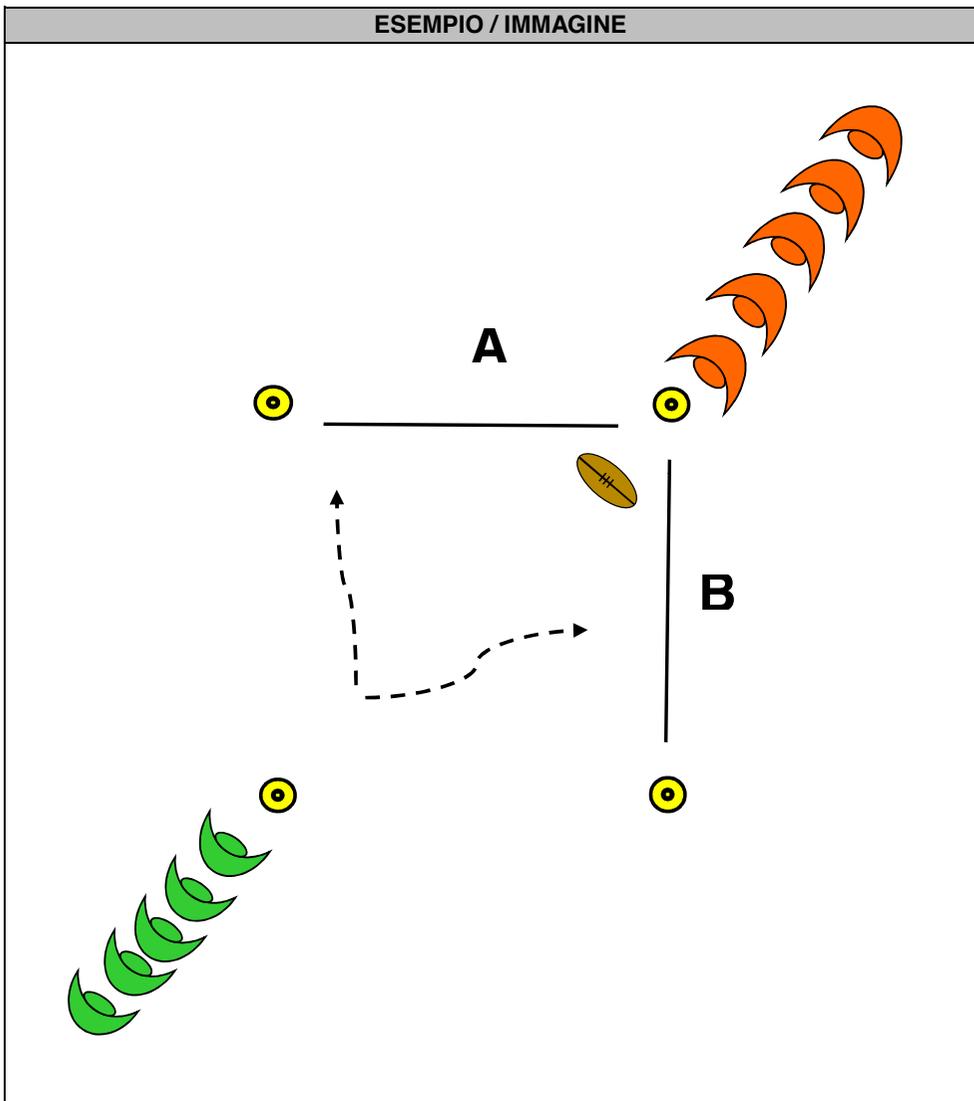
PUNTI CHIAVE

- Difensore deve avanzare
- Tenere le mani sollevate e gli occhi sui pantaloncini dell'attaccante per spingerlo fuori
- L'attaccante deve avanzare uscendo dal frontale con un cambio di direzione spingendo sugli appoggi

MATERIALI

-  1
-  in abbondanza
- 

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Due file di giocatori una di fronte all'altra
- Il giocatore che passa la palla diventa difensore
- Il giocatore che riceve la palla deve **avanzare e uscire dal frontale** (dx o sx) per andare a segnare sul lato **A** o **B** senza farsi toccare
- Il difensore dovrà, spingendo sulle anche, avanzare e toccare con due mani l'attaccante