



Cambio Angolo di Corsa

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

ABILITA'	Prendere una Decisione	ALTRE ABILITA'	Cambio d'Angolo
-----------------	------------------------	-----------------------	-----------------

PUNTI CHIAVE

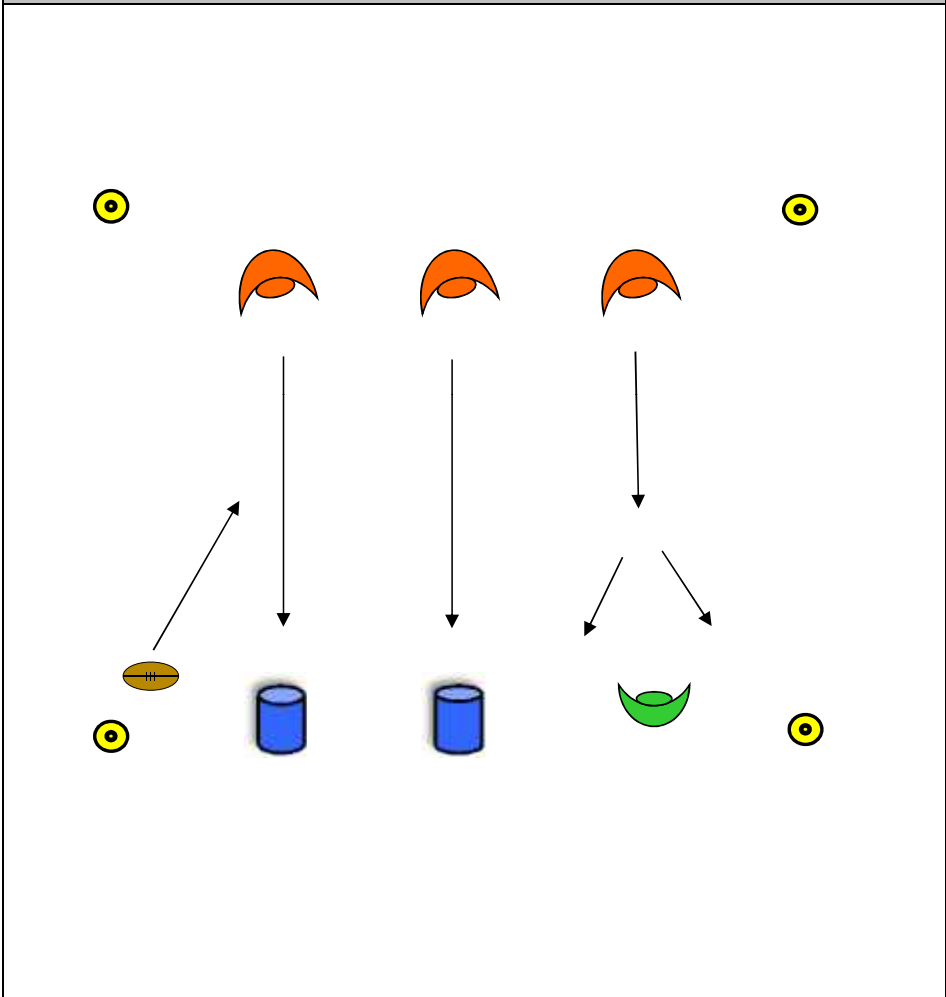
- Attacco
 Il portatore di palla deve :
 - Portare la palla a due mani
 - Puntare l' interno del difensore per creare/mantenere lo spazio esterno
 - Attaccare con velocità
 - Seguire i punti degli esercizi di passaggio

Il sostegno deve:
 - Stare in profondità (lasciare il tempo al portatore di palla di fare le scelte di gioco)
 - Accelerare e prendere la palla in velocità.

MATERIALI

- in abbondanza
- in abbondanza
-

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Si deve creare un rettangolo di 8mt x 5 mt.

- Su un lato lungo si posizionano 3 attaccanti e sull'altro 2 sacchi da placcaggio e 1 difensore.

- I primi 2 attaccanti attaccano, "fissano" il sacco mentre il terzo si troverà di fronte il difensore che gli creerà due opportunità (difesa stretta o larga).

- A questo punto l'attaccante dovrà adeguare l'angolo di corsa.