



Passare la Palla Mantenendo l'Equilibrio




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

ABILITA'	Passaggio	ALTRE ABILITA'	
----------	-----------	----------------	--

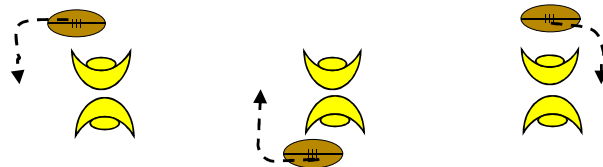
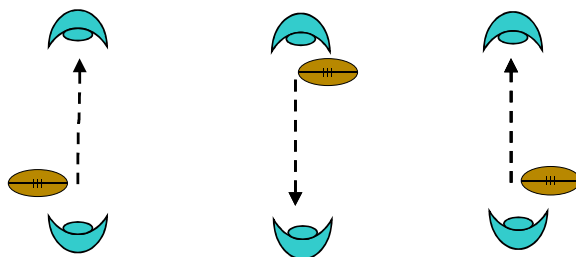
PUNTI CHIAVE

- Mani a doppia w
- Braccia flesse per ricevere la palla
- Quando si passa la palla, le braccia devono andare verso l'obiettivo

MATERIALI

-  in abbondanza
-  in abbondanza
- 

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- I giocatori si posizionano seduti uno di fronte all'altro facendo combaciare le piante dei piedi.
- Si passano la palla lateralmente , alternando da dx e da sx ,cercando di mantenersi in equilibrio
- Successivamente si posizionano schiena contro schiena e, torcendo il busto, si passano il pallone prima in senso orario e poi antiorario