



Passaggi a Spirale

ABILITA' Passaggi ALTRE





PER LE CATEGORIE

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

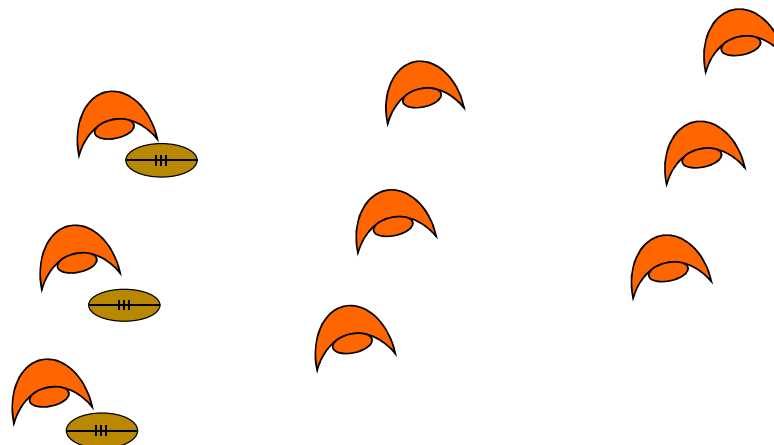
PUNTI CHIAVE

- Mani alte
- Mani obiettivo
- Spingere la palla con gli avambracci in direzione del ricevitore

MATERIALI

-  in abbondanza
-  in abbondanza
-  in abbondanza
-  4

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- I giocatori si schierano a gruppi di tre formando una linea d'attacco.
- Al via partono e correndo in linea retta si passano la palla.
- L'esercizio verte nell'attenzione massima al passaggio che deve essere fatto a spirale.

Estensioni :

- Passaggi da DX e da SX