



Triangoli che seguono l'Allenatore

PER LE CATEGORIE

U 6 U 8 U 10 U 12

ABILITA' Prendere e Passare ALTRE Familiarizzazione con il Pallone

U 14 U 16 U 18 U 20

PUNTI CHIAVE	ESEMPIO / IMMAGINE	SPIEGAZIONE ESERCIZIO
<ul style="list-style-type: none">- Mani a doppia W- Mani e braccia distese- Occhi sempre sulla palla- Provare a prendere la palla con le mani senza portarla al corpo- Mani come un pendolo per passare la palla- E' l' errore più grave per		<ul style="list-style-type: none">- I giocatori devono creare dei triangoli avendo una palla per gruppo.- Per questo esercizio i giocatori devono mantenere la forma a triangolo mentre si passano la palla.- L'allenatore, quando tutti sono pronti, indica una direzione.- Ogni gruppo di giocatori deve, passandosi la palla, camminare/correre nella direzione indicata <p>Estensioni:</p> <ul style="list-style-type: none">- I giocatori devono prendere la palla con una mano- I giocatori devono passare la palla con una mano- Cambiare il tipo di passaggio- I giocatori devono correre
MATERIALI		
<ul style="list-style-type: none"> Più coni colorati in abbondanza		

