



1 vs 1 Mezzo Imbuto

PER LE CATEGORIE

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

| | | | |
|----------|----------|-------|---------------|
| ABILITA' | Cacciare | ALTRE | Comunicazione |
|----------|----------|-------|---------------|

PUNTI CHIAVE

Importante

Stare sulla spalla interna dell'attaccante

Altri Punti

- Quando il difensore sale dritto, corre velocemente
- Poi cambia angolo verso l'attaccante rallentando la corsa
- Cercare di mettere un piede il più vicino possibile all'attaccante
- Spingere con forza sulle anche

MATERIALI

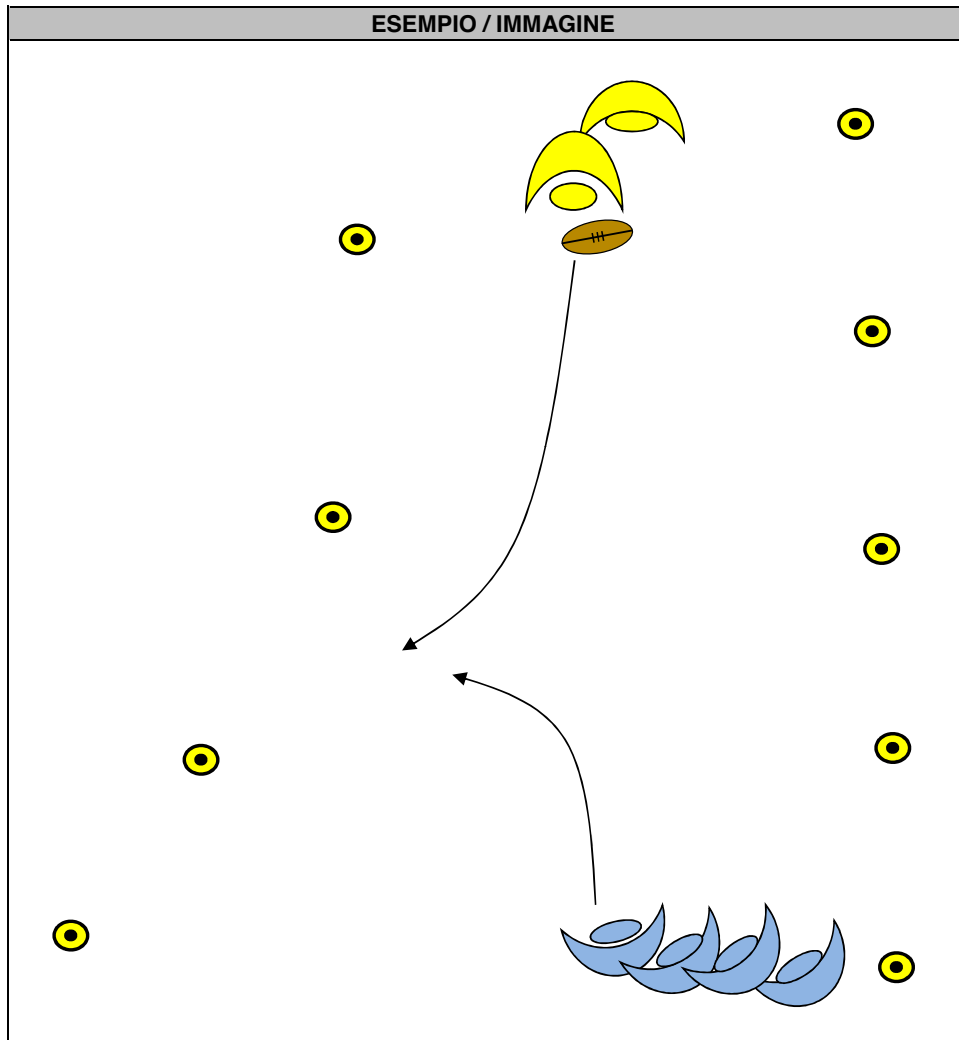


Più



coni colorati in abbondanza

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Creare una struttura come nel diagramma
- L'attaccante deve correre veloce e provare ad andare in meta tra i coni di fondo.
- Il difensore deve salire veloce e provare a mettere due mani sulle anche dell'attaccante.