



3 Linee Passaggi con Cambio Angolo

PER LE CATEGORIE

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

ABILITA'	Prendere e Passare	ALTRE	Comunicazione
----------	--------------------	-------	---------------




PUNTI CHIAVE

Stare sulla spalla interna dell'attaccante

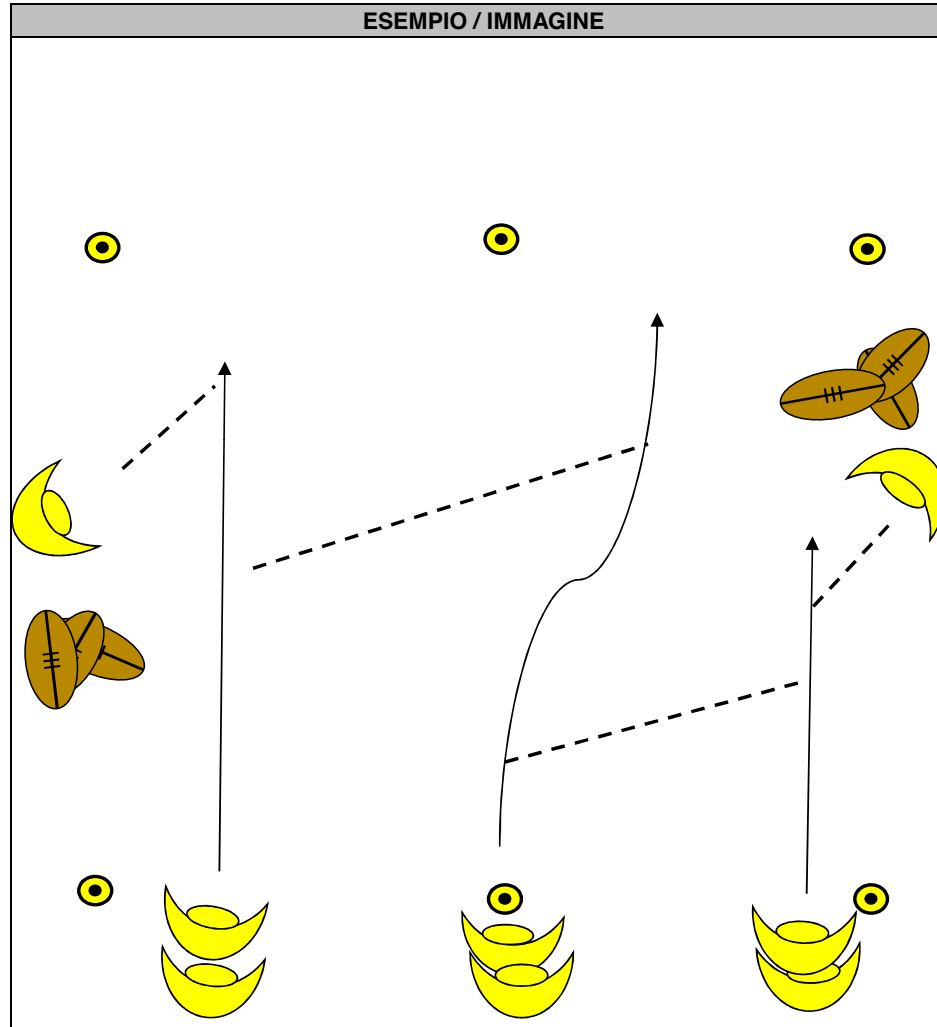
Altri Punti

- Il difensore sale dritto, correndo veloce
- 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 dell'attaccante

MATERIALI

-  Più
-  con i colori in abbondanza
- 

ESEMPIO / IMMAGINE



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Tutti i giocatori si posizionano dietro ad uno dei tre coni a circa 5 metri uno dall'altro.
- I 2 mediani stanno in piedi, con molti palloni, ad una distanza adeguata per effettuare passaggi sui due lati.
- Un mediano passa la palla al primo giocatore che viene chiamato.
- I giocatori prendono e passano la palla correndo dritto verso il cono opposto.
- Dopo che tutti i giocatori hanno passato in entrambi i lati, cambiare la distanza.

Estensioni:

- Variare la distanza tra i giocatori da 5m, 8m, 10m.
- Variare la profondità
- Inserire un'altra linea di giocatori.