



Passaggi dopo i Paletti

PER LE CATEGORIE

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

ABILITA'

Prendere e Passare

ALTRE
ABILITA'

Comunicazione

PUNTI CHIAVE

- Mani a doppia W
- Mani e braccia distese
- Occhi sempre sulla palla
- Provare a prendere la palla con le mani senza portarla al corpo

Questo è l' errore più grave per i ragazzi.

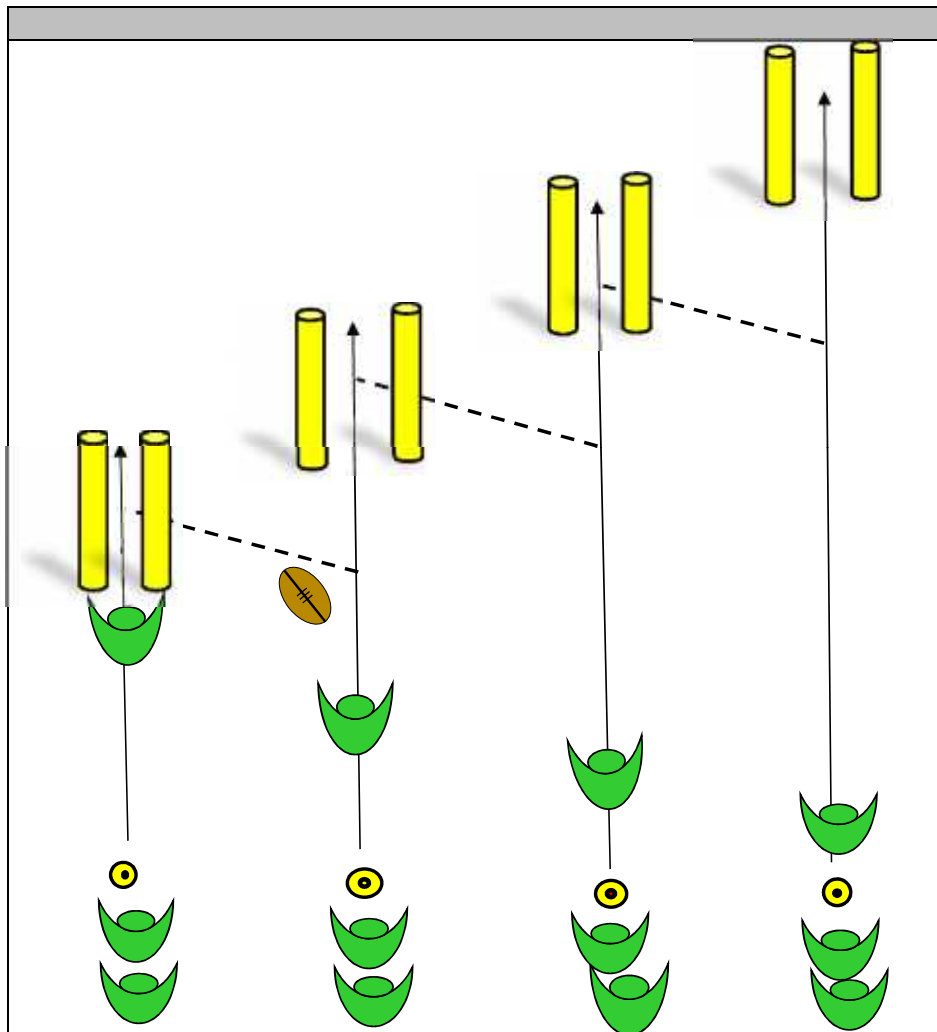
MATERIALI



Più



in abbondanza



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- I giocatori si posizionano dietro a 4 coni che sono a 4- 5 metri di distanza.
- Il primo giocatore corre con la palla e la passa al secondo subito dopo aver sorpassato i paletti.
- I giocatori devono provare a passare la palla il più velocemente possibile.

Estensioni:

- Cambiare la distanza tra i coni (passaggi più lunghi)