



3 Linee Passaggi Riallineamento (da Mediano di Mischia)

PER LE CATEGORIE



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

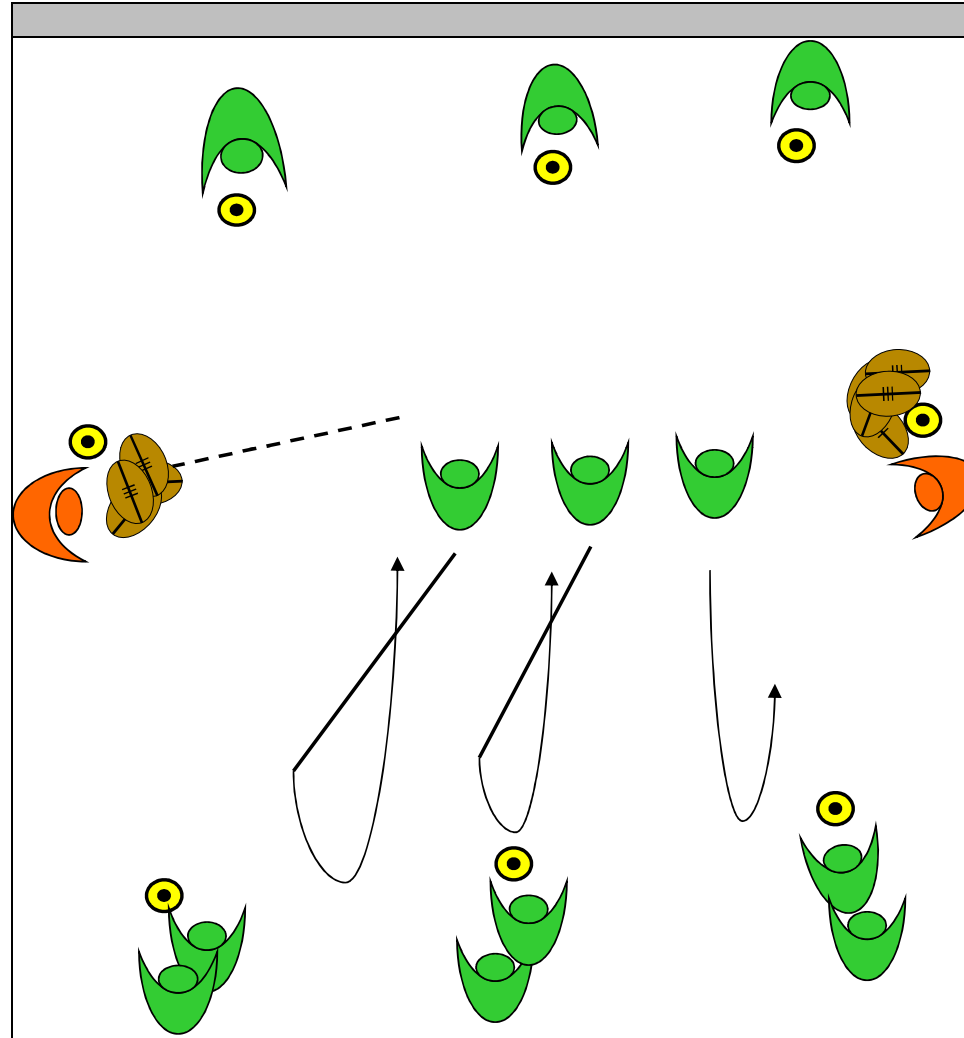
ABILITA'	Prendere e Passare	ALTRE ABILITA'	Comunicazione
----------	--------------------	----------------	---------------

PUNTI CHIAVE

- Mani alte pronte a ricevere il passaggio
- Mani e braccia distese
- Occhi sulla palla ancora prima di riceverla
- Provare a prendere la palla con le mani "morbide".

MATERIALI

-  Più
-  in abbondanza



SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Posizionare i giocatori in attesa dietro ai tre coni distanti 5 metri.
- Posizionare i 2 mediani in piedi ai lati con molti palloni.
- Il mediano passa la palla al primo giocatore.
- 3 giocatori si piazzano partendo dal centro.
- Prendono e passano la palla mantenendo una corsa diritta verso il cono di fronte e ritornano il pallone al mediano opposto.
- Il nuovo mediano passerà la palla all'altra linea di giocatori
- Dopo che i giocatori hanno passato, la palla, verso entrambi i lati si varia la distanza tra i coni.

Estensioni:

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