



4 Linee Passaggi Continui in Profondità

PER LE CATEGORIE			
U 6	U 8	U 10	U 12
U 14	U 16	U 18	U 20

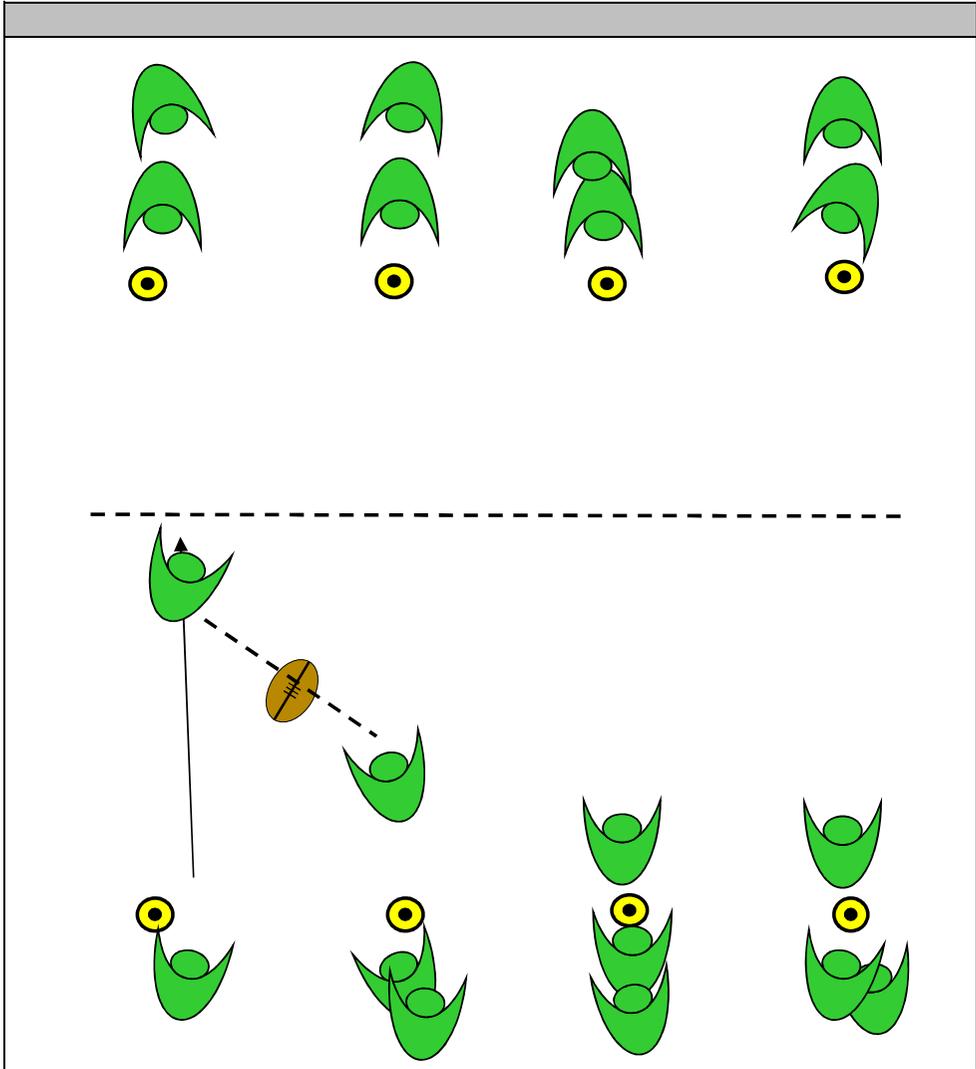
ABILITA'	Prendere e Passare	ALTRE ABILITA'	Comunicazione
-----------------	--------------------	-----------------------	---------------

PUNTI CHIAVE

- Mani a doppia W
- Mani e braccia distese
- Occhi 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

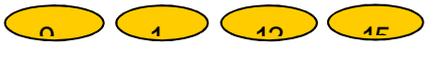
- I giocatori stanno dietro i 4 coni che sono a 4- 5 metri .
 - I giocatori devono provare a passare la palla dietro la linea il più velocemente possibile.
 - L'ultimo giocatore passa la palla al primo giocatore del gruppo opposto.
- Estensioni:**
- Cambia la distanza tra i coni (più larghi)
 - **Mettere giocatori nel mezzo per creare pressione**

Passaggio

Linee di corsa



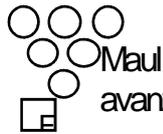
Guardia Seconda
guardia



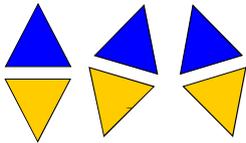
Opzioni linee di corsa

placcaggio

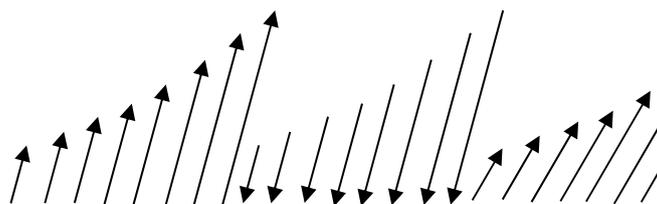
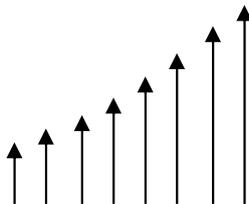
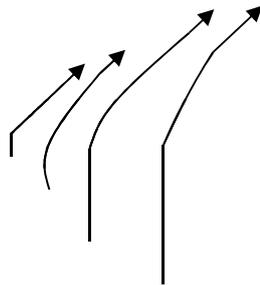
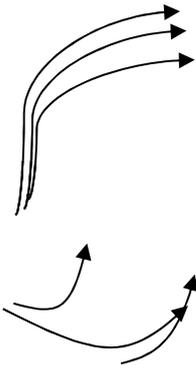
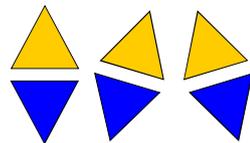
contatto



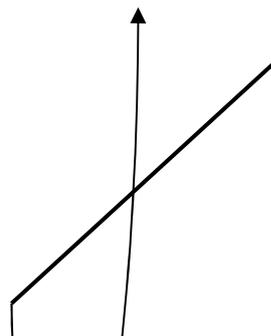
Mischia in attacco

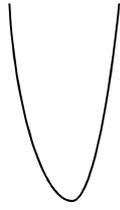


Mischia in difesa



CLICCA



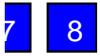




Attaccante



Portatore di palla



Difensori



Coni



Palloni

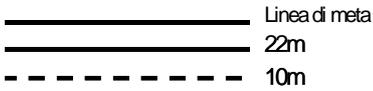
Ricevitore di palla



Difensori



Calciatori



5m

