



## 1 vs 1 Imbuto

PER LE CATEGORIE

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

ABILITA'

Linee di Corsa

ALTRE

Prendere e Passare

### PUNTI CHIAVE

- Palla a due mani
- Correre veloce verso il difensore e fissarlo
- Usare piccoli passi e poi cambiare angolo
- Continuare a correre dritto

### MATERIALI

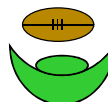


Più



coni colorati in abbondanza

### ESEMPIO / IMMAGINE



### SPIEGAZIONE ESERCIZIO

- Un' attaccante in piedi a 5 metri dal difensore.
- Il portatore di palla comincia l' esercizio correndo verso il difensore per poi cambiare direzione.
- Il difensore deve provare a toccare l' attaccante sulle anche

#### - Obiettivi

- Ci sono due obiettivi per gli attaccanti

  1. Andare in meta
  2. Se il difensore tocca l'attaccante, lo deve fare di lato sulle anche

#### Estensione

- Entrambi gli attaccanti stanno in piedi con la schiena rivolta verso il difensore.