

3 Linee Passaggi con difensore (da Mediano di Mischia)

visione : missione : valori

Abilità :	Prendere e Passare
Altre Abilità	Comunicazione

Spiegazione dell'esercizio:

- Tutti i giocatori si posizionano dietro ad uno dei tre coni a 5 metri uno dall'altro formando una linea d'attacco
- Un mediano passa la palla al primo giocatore quando viene chiamato.
- I giocatori prendono e passano la palla correndo diritto verso il cono opposto avendo un difensore in opposizione.
- Variare la distanza tra i coni dopo che tutti i giocatori hanno passato la palla verso entrambi i lati.

Fattori Chiave

Segue i punti come 2 Linee con Mediano di Mischia

Estensioni:

- Variare la distanza tra i giocatori da 5m, 8m, 10m
- Mettere i coni in profondità
- Mettere i coni in linea e chiede ai giocatori di partire uno alla volta.

