

3 Linee di Passaggi (da Mediano di Mischia)

visione : missione : valori

Abilità :	Prendere e Passare
Altre Abilità	Comunicazione

Spiegazione dell'esercizio:

- Posizionare i giocatori dietro ai tre coni distanti 5 metri.
- Posizionare 2 mediani in piedi ai lati con molti palloni. Passano la palla al primo giocatore.
- I giocatori prendono e passano la palla mantenendo una corsa dritta verso il cono opposto, ritornando il pallone al mediano opposto.
- Il nuovo mediano passerà la palla all'altra linea di giocatori.
- Dopo che i giocatori hanno passato verso entrambi i lati (dx e sx) variare la distanza tra i coni.

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.

