

## 3 Linee e passaggi in profondità (dai mediani di Mischia)

Abilità :	Prendere e Passare
Altre Abilità	Comunicazione

### Spiegazione dell'esercizio:

- Tutti i giocatori si posizionano dietro ad uno dei tre coni a circa 5 metri uno dall'altro con una giusta profondità
- I 2 mediani stanno in piedi con molti palloni, ad una distanza adeguata per effettuare passaggi sui due lati.
- Un mediano passa la palla al primo giocatore quando viene chiamato.
- I giocatori prendono e passano la palla correndo diritto verso il cono opposto
- I mediani passano la palla solo quando il primo giocatore arriva all'altezza.

### 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.

