

4 Linee Passaggi Continui in Profondità

visione : missione : valori

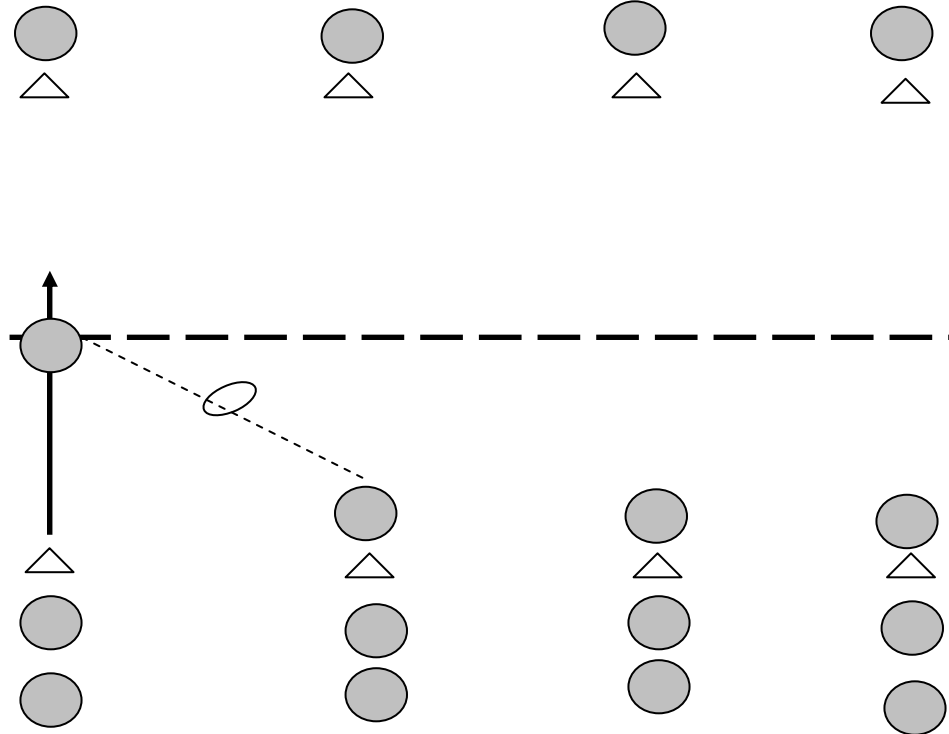
Abilità :	Prendere e Passare
Altre Abilità	Comunicazione

Spiegazione dell'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**



Fattori Chiave:

- Mani a doppia **W**
- Mani e braccia distese
- Occhi sempre sulla palla
- Provare a prendere la palla con le mani senza portarla al corpo
- **Questo è l' errore più grave per questi ragazzi.**

Punti da Allenare

- Tutti i giocatori devono avere le mani a doppia **W**
- I giocatori devono comunicare il nome del giocatore da cui ricevere la palla
- Il portatore di palla deve prendere e passare la palla alla stessa altezza (correttamente)
- Il portatore di palla deve mantenere la stessa linea di corsa nel prendere e passare.
- **I giocatori devono provare a prendere la palla il più velocemente possibile**