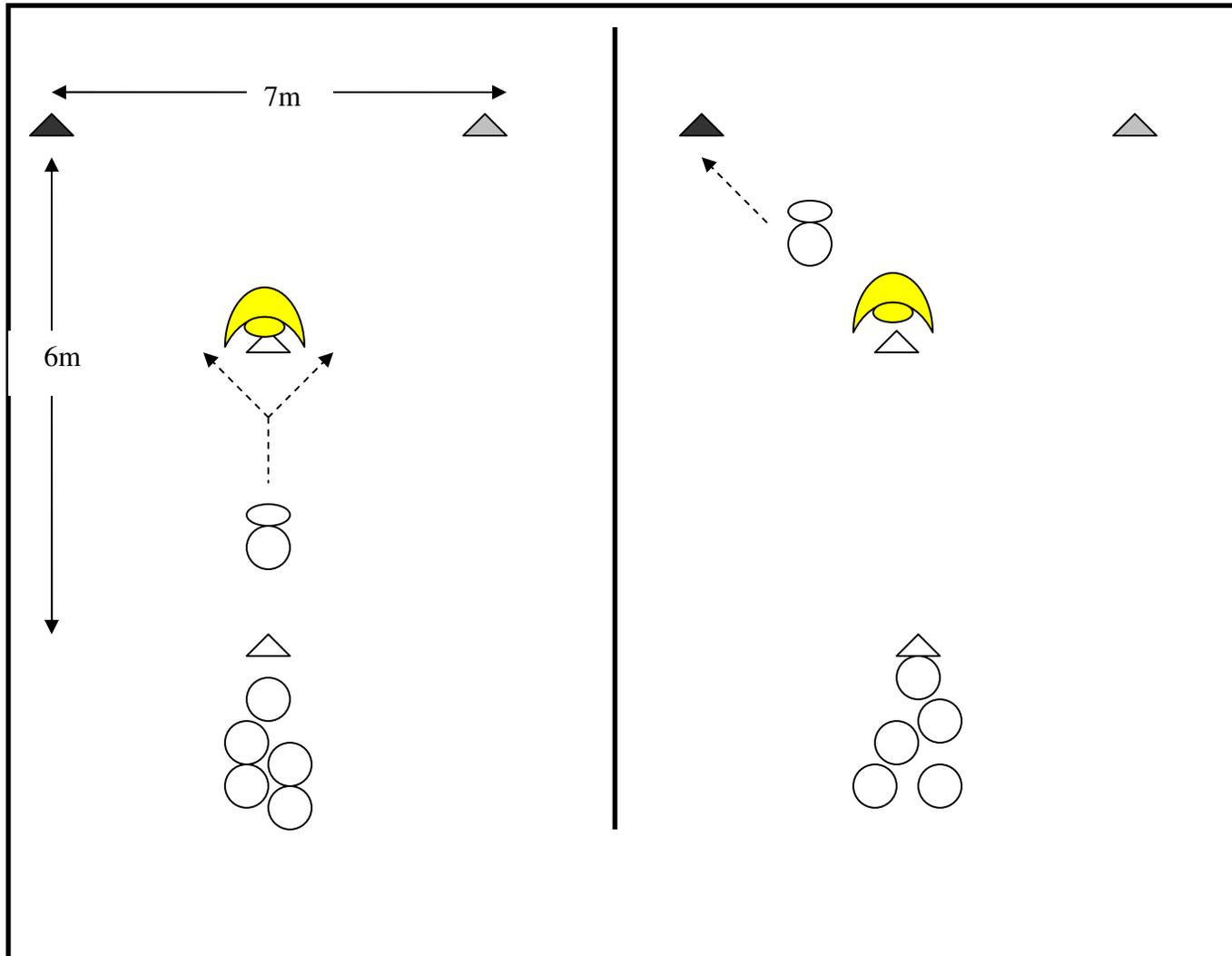


L'allenatore può sbilanciare

visione : missione : valori

Abilità :	Evasione con la palla
Altre Abilità	Linea di corsa in attacco



Preparazione e svolgimento:

 Allenatori

Svolgimento:

- I giocatori devono correre dritti fino al cono e quindi cambiare direzione, destra o sinistra, accelerando verso il corrispondente cono.
- Il giocatore può scegliere se cambiare direzione verso destra o verso sinistra e l'allenatore, posizionato in ginocchio dietro al cono, può intervenire spingendo il giocatore all'altezza del bacino per fargli perdere l'equilibrio. Il giocatore dovrà reagire per non cadere.

Fattori chiave:

- Iniziare con passi piccoli e veloci.
- Adottare una posizione di corsa bassa.
- Mantenere la velocità costante e aumentarla al cambio di direzione
- Tenere la palla con 2 mani.