

ESERCITAZIONI PER : squadra Ox portieri O difensori O centrocampisti O attaccanti O

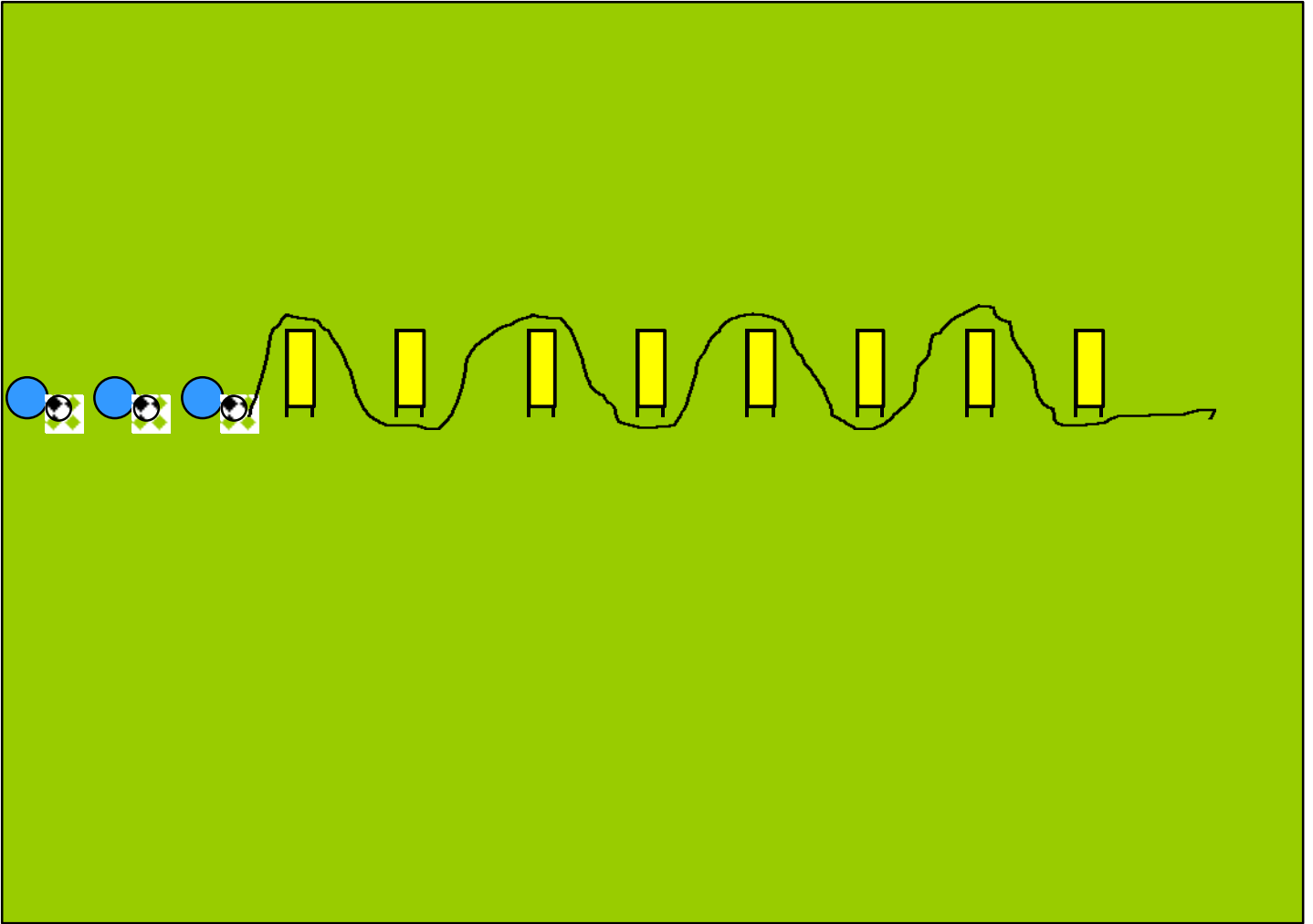
Obiettivo: tecnica individuale.

Numero dei Partecipanti squadra A e squadra B

CODICE ESERCITAZIONE

ATTACCANTI/..... CENTROCAMPISTI/..... DIFENSORI...../..... PORTIERI...../.....

Categoria:..... Durata: 15 min. Data:



DESCRIZIONE DELL'ESERCITAZIONE:

slalom tra le barriere:

- 1- solo dx;
- 2- solo sx;
- 3- solo interni;
- 4- solo esterni;
- 5- palleggi alternati;
- 6- conduzione con la pianta ;
- 7- testa.

VARIANTE:

MATERIALE NECESSARIO:

barriere, palloni.