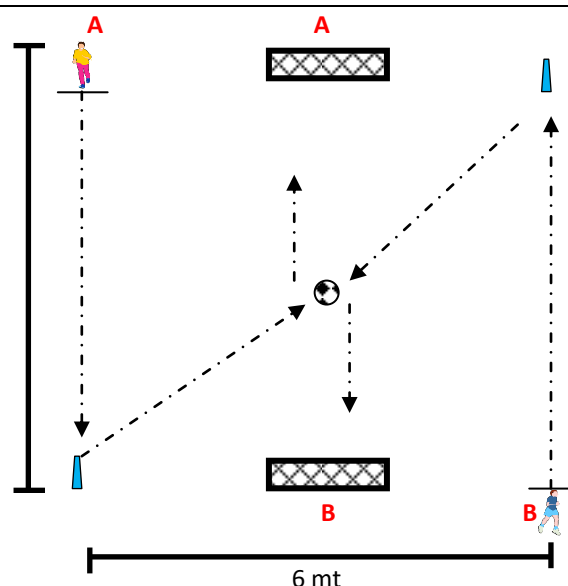


1vs1

Descrizione:

Al via il primo giocatore di ogni squadra parte in corsa rettilinea fino al cono posto frontalmente a 6 mt di distanza. Toccato il cono si va a recuperare la palla posta al centro del campetto di dimensioni 6x6 mt. Chi arriva prima cerca di fare gol.

La squadra A deve fare gol nella porticina A e la squadra B nella porticina B



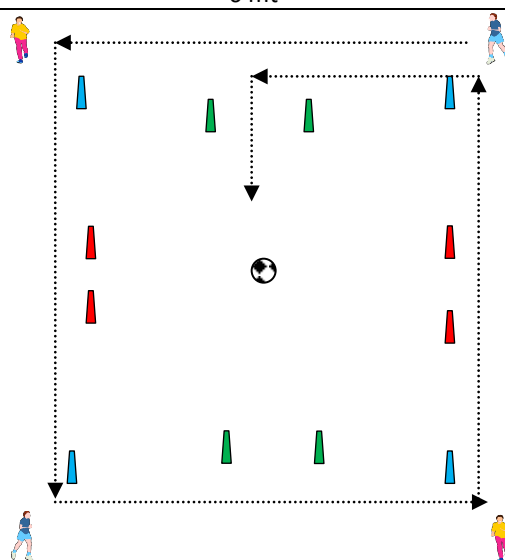
2vs2

Descrizione:

Nel campo di dimensioni 5x5mt si posizionano le due squadre come in figura. Al via partono i primi 4 giocatori (uno ad ogni angolo) ed effettuano un giro completo (senso anti orario) intorno al perimetro esterno per poi entrare all'interno del campo dalla porticina posta subito dopo. Una volta dentro effettuano

Un 2vs2. Ogni squadra dovrà segnare nelle due porticine dalle quali sono entrati i 2 giocatori avversari.

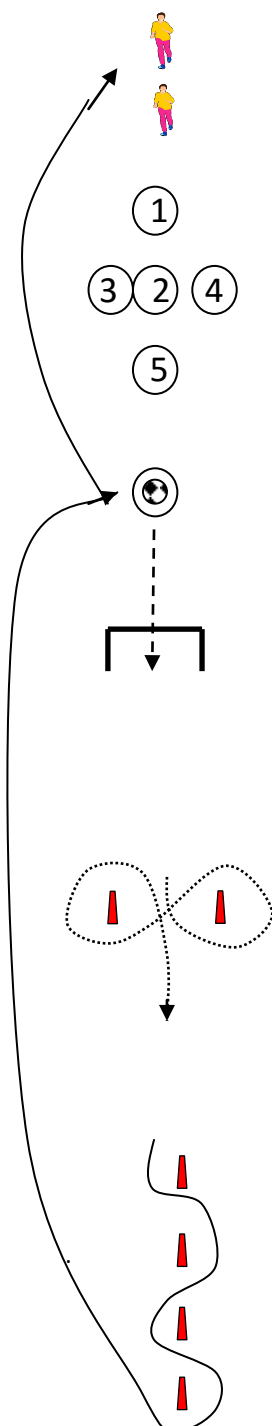
Per facilitare l'esecuzione si differenziano i colori delle porticine di ciascuna squadra.



I giocatori azzurri eseguono giro completo, entrano nella porta verde e attaccano nelle porte rosse. I gialli dopo il giro entrano nelle porte rosse e attaccano nelle porte verdi.

PERCORSO TECNICO-COORDINATIVO

CON PALLA A STAFFETTA IN PARALLELO



salti a piedi uniti nella sequenza

1 - 2 - 3 - 2 - 4 - 2 - 5

- Calciare la palla facendola passare sotto l'ostacolo
- Passare sotto l'ostacolo e recuperare la palla

Eeguire un **8** attorno ai coni in conduzione palla

Eeguire slalom tra i coni con la palla in mano,
rientrare e rimettere il pallone dentro il cerchio. Dare un **5**
al compagno successivo che parte eseguendo lo stesso percorso.

