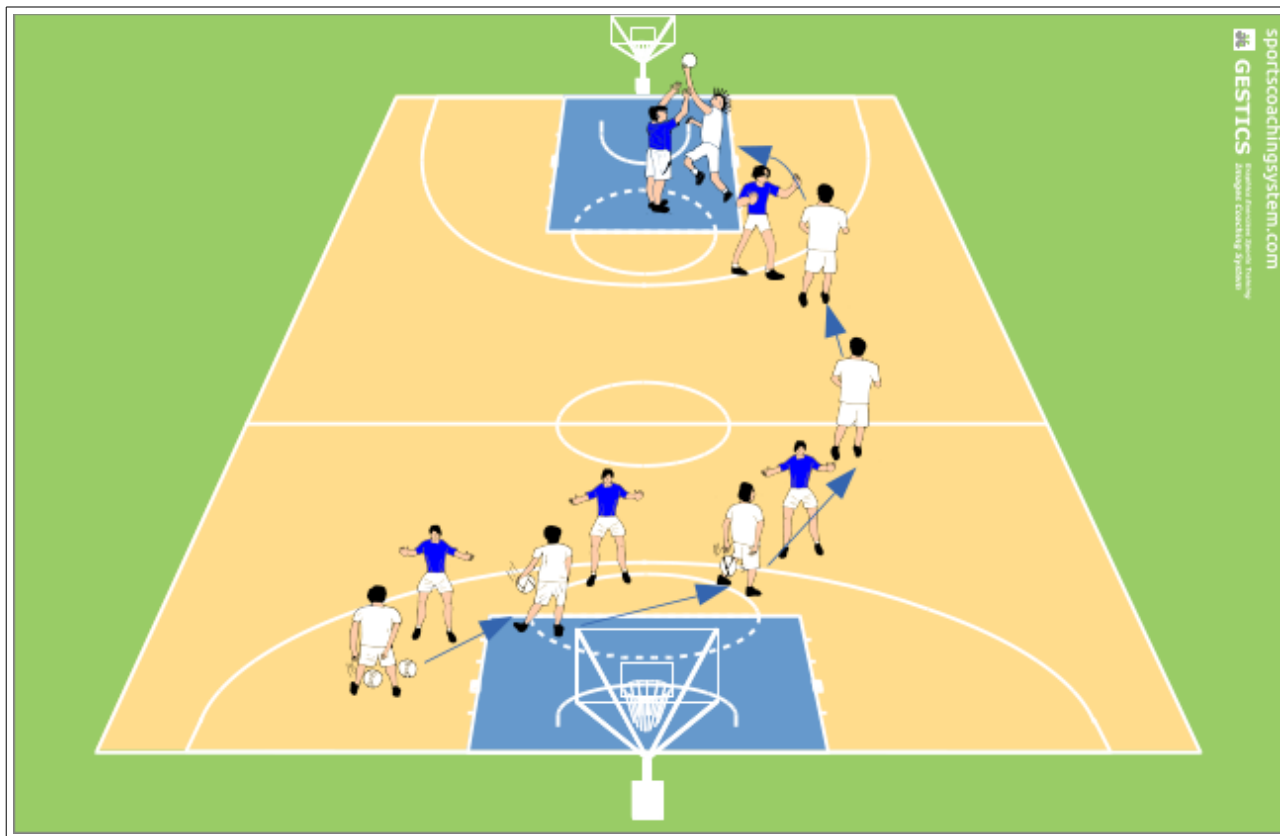


Pallacanestro: penetrazione 1 vs 1



N° 3066 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM) - PALLACANESTRO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

CAMPO: è quello usato per la pallacanestro, m. 28x15

DESCRIZIONE: I giocatori partono da fondo campo.

Nella prima metà campo l'obiettivo è quello di eseguire più cambi di mano possibile (difesa non agonistica) nella seconda metà campo il giocatore in attacco deve cercare di concludere una penetrazione (difesa agonistica)

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 3066

TIPO DI GIOCO: esercitazioni (Esercizi di preparazione allo sport)

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione alla pallacanestro: palleggio; 2) preparazione alla pallacanestro: tiro; 3) preparazione alla pallacanestro: difesa