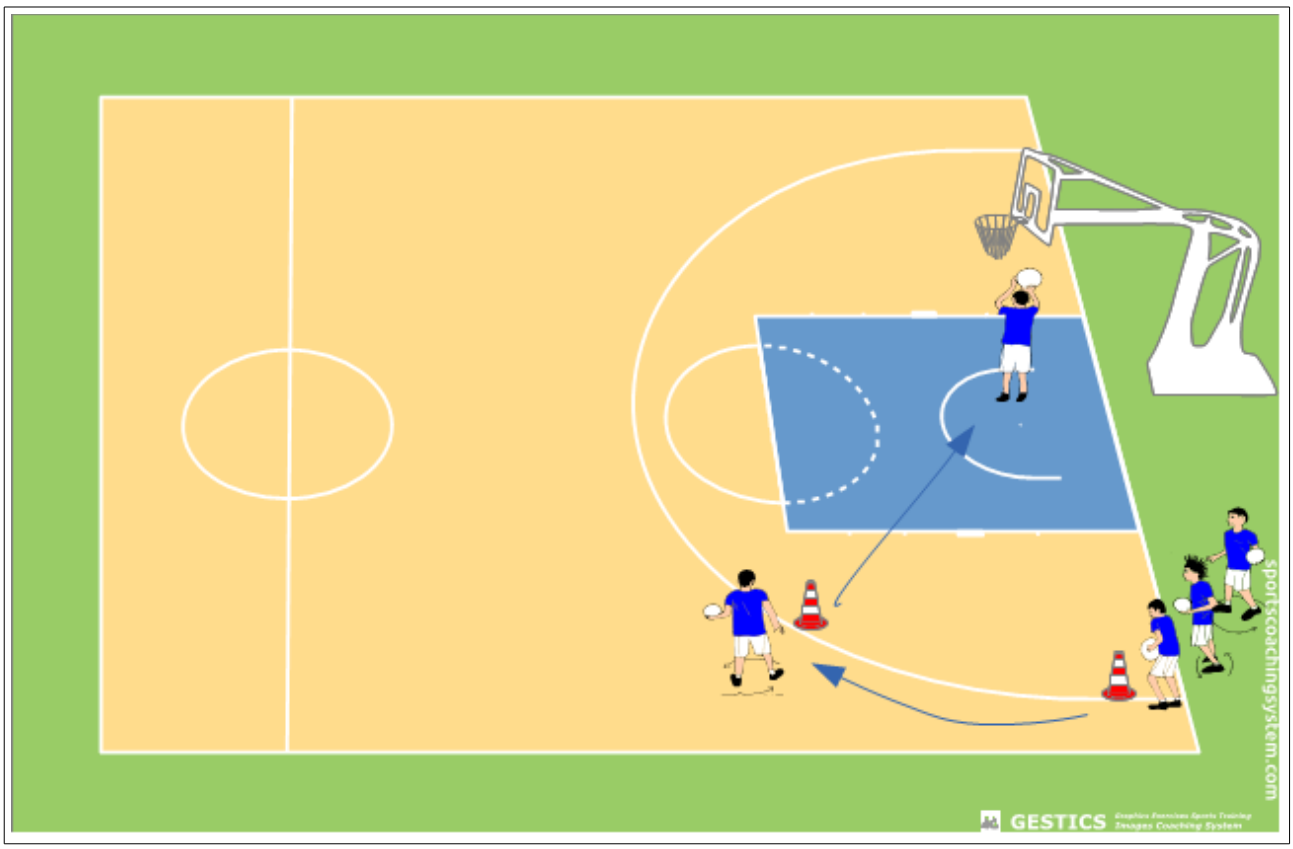
Pallacanestro: Autopassaggio e terzo tempo



N° 3001 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE GESTICS SPORTS – PALLACANESTRO – HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM

DESCRIZIONE BREVE: Si fa un'autopassaggio e con un incrocio si arriva a canestro e si tira
PARTENZA: da schema descritto
SQUADRE: non a squadre
CAMPO: è quello usato per la pallacanestro, m. 28x15, soltanto metà campo
SCOPO DEL GIOCO: fare canestro
DESCRIZIONE: Si parte dall'angolo di fondo campo e si fa un'autopassaggio fino al cinesino, dove si incrocia verso il canestro e si svolge il terzo tempo

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 3001

TIPO DI GIOCO: esercitazioni (Esercizi di preparazione allo sport)
PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione alla pallacanestro: combinazione di palleggio e tiro