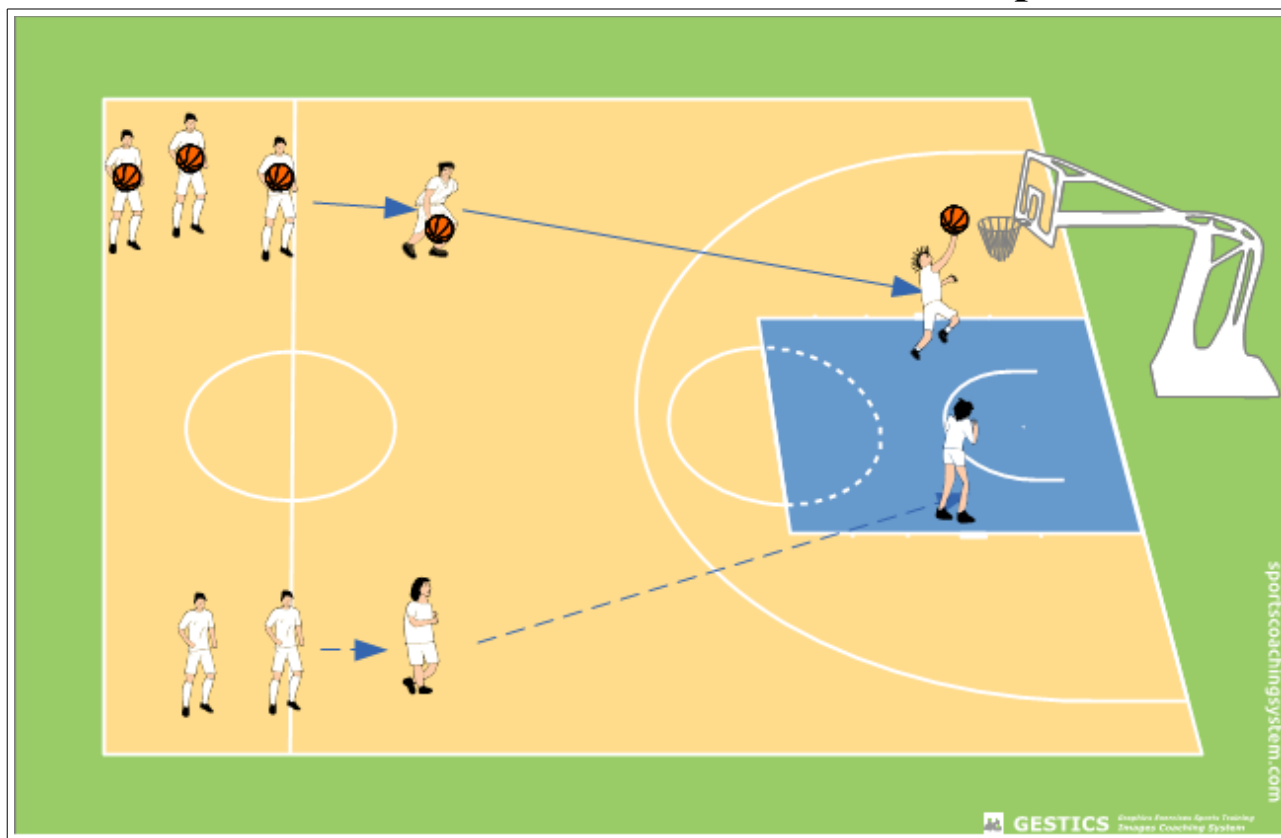


## Pallacanestro: corsa verso il canestro e terzo tempo



N° 3008 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - PALLACANESTRO - HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

**DESCRIZIONE BREVE:** Terzo tempo e rimbalzo

**PARTENZA:** da schema descritto

**SQUADRE:** non a squadre

**CAMPO:** è quello usato per la pallacanestro, m. 28x15, solo la metà campo

**SCOPO DEL GIOCO:** palleggio e fare canestro

**DESCRIZIONE:** Ci sono due file a metà campo una con la palla e una senza. Il giocatore con la palla va a tirare in terzo tempo, mentre il giocatore senza la palla va a prendere il rimbalzo.

**SCHEMA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 3008**

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

**PROPEDEUTICITÀ:** 1) preparazione alla pallacanestro: combinazione di palleggio e tiro