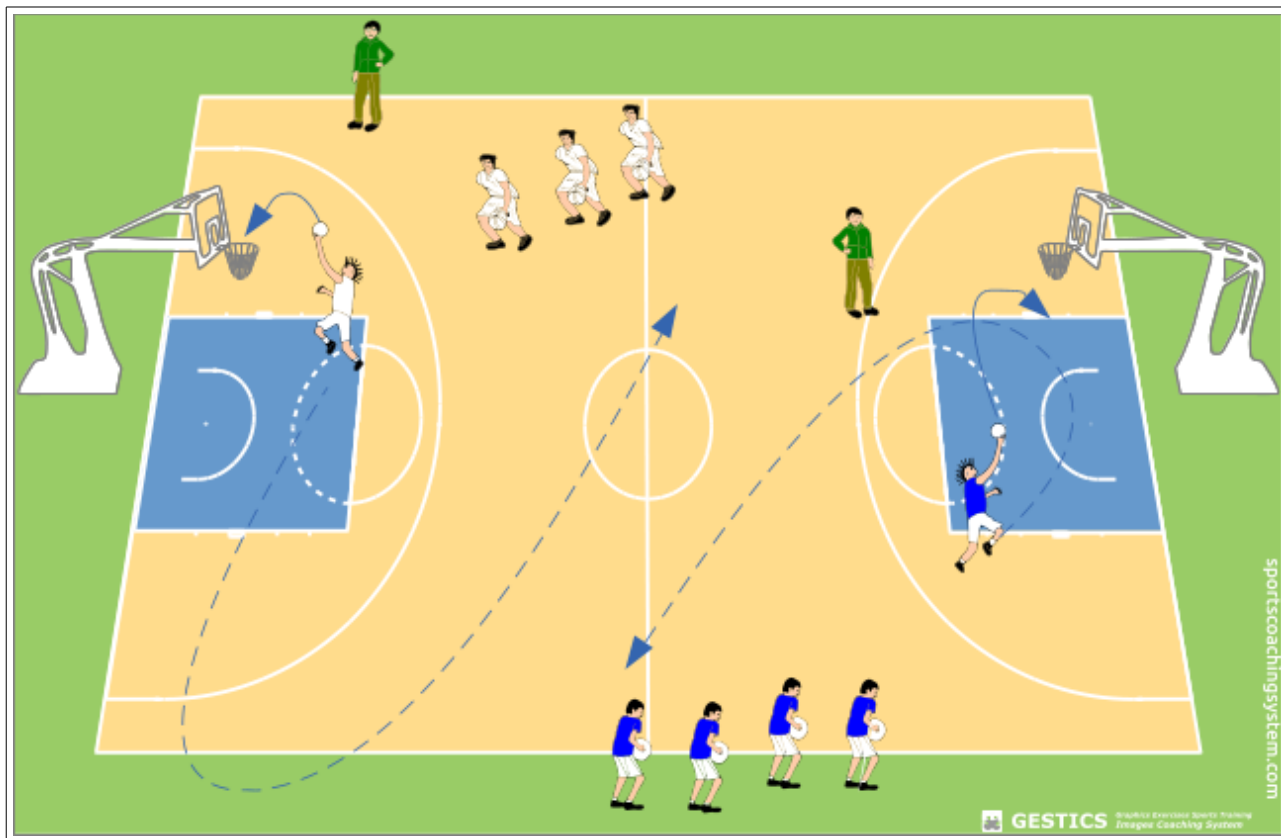


Pallacanestro: gara di tiro in corsa



N° 3054 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - PALLACANESTRO](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM) - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

DESCRIZIONE BREVE: fare canestro in penetrazione i terzo tempo

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: 2 squadre

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

SCOPO DEL GIOCO: fare canestro

DESCRIZIONE: disporsi in fila e andare a tirare in penetrazione con il terzo tempo. Dopo aver preso il rimbalzo e tornare in fila. chi arriva prima a un tot. di canestri vince.

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 3054

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

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