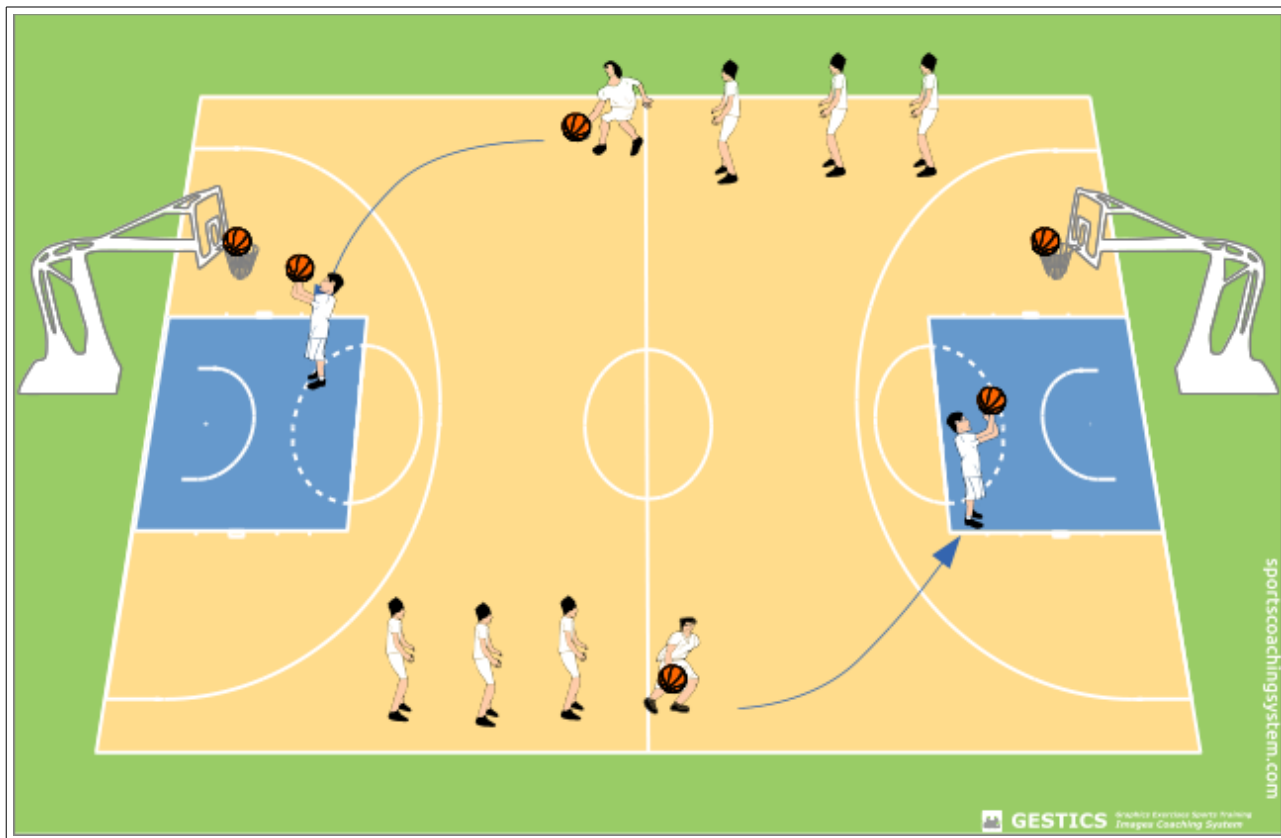


## Pallacanestro: staffetta a squadre



N° 3040 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - PALLACANESTRO - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingssystem.com)

**DESCRIZIONE BREVE:** i giocatori si mettono in due file dopo la metà campo e uno alla volta corrono a fare canestro in arresto e tiro

**PARTENZA:** da schema descritto

**SQUADRE:** 2 squadre

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

**SCOPO DEL GIOCO:** fare canestro

**DESCRIZIONE:** i giocatori partono in due file il primo corre si arresta davanti al canestro e tira (massimo due tentativi) poi recupera la palla con il rimbalzo, torna in dietro si arresta sulla metà campo e passa la palla al compagno dopo e così via

**SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 3040**

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

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