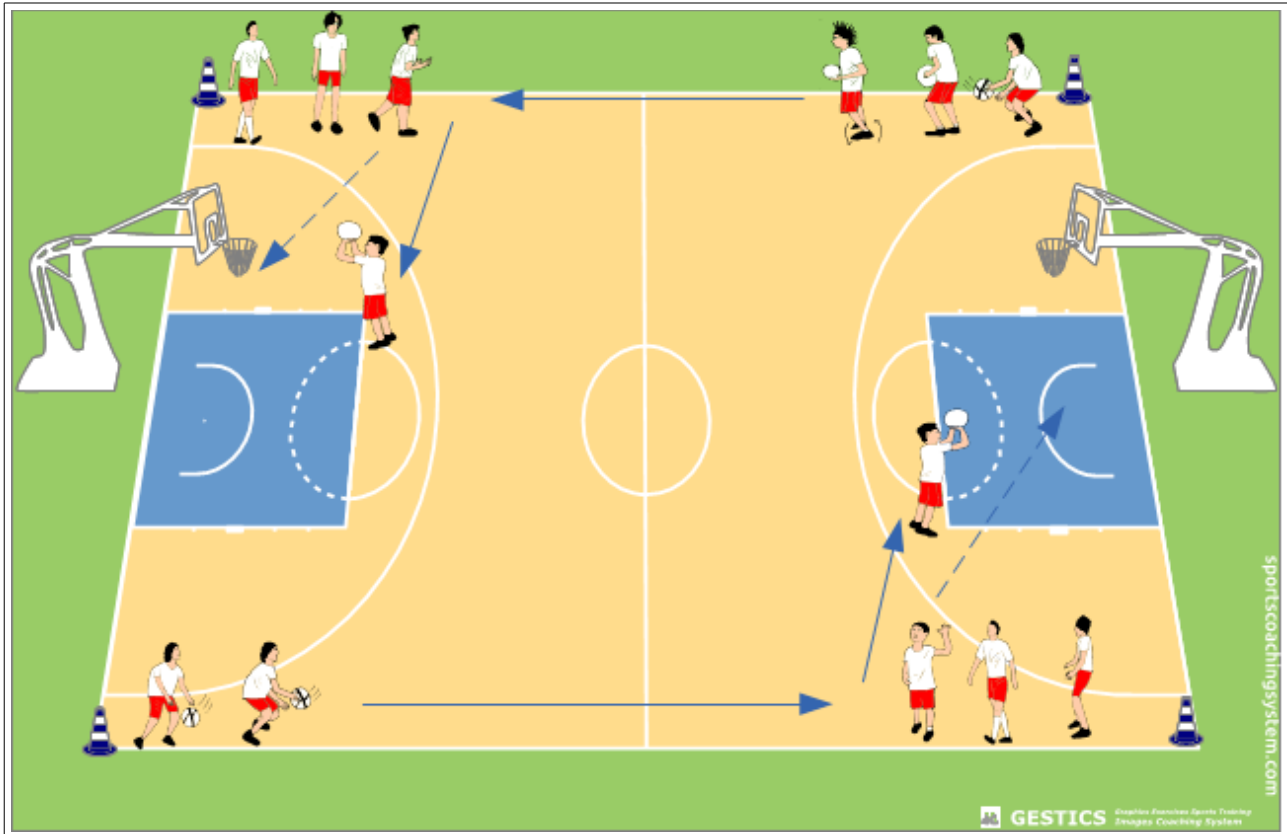


Pallacanestro: Quattro angoli



N° 3005 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - PALLACANESTRO - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

DESCRIZIONE BREVE: Si fanno delle file ai quattro angoli e dopo il passaggio si va al tiro

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

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

SCOPO DEL GIOCO: passaggio e fare canestro

DESCRIZIONE: Si fanno quattro file (due opposte con i palloni e le altre due senza). Chi ha il pallone parte in palleggio e e passa al giocatore dalla parte opposta e questo, dopo gliela ripassa di modo che il giocatore possa tirare. Il passatore prende il rimbalzo e si mette in fila.

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 3005

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

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