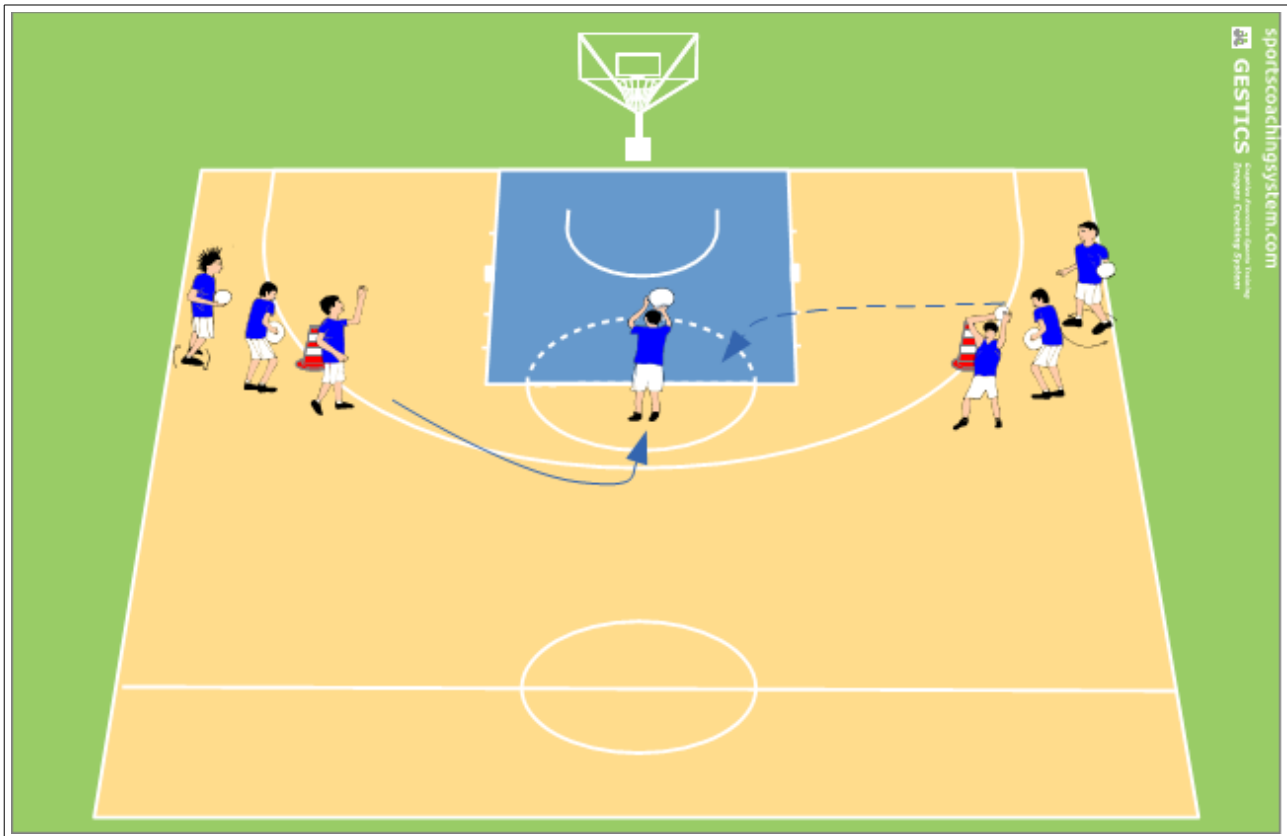


Pallacanestro: Ricezione e tiro



N° 3007 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://www.sportscoachingsystem.com) - PALLACANESTRO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

DESCRIZIONE BREVE: si riceve, davanti al canestro e ci si arresta e si tira

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

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

SCOPO DEL GIOCO: fare canestro

DESCRIZIONE: si fanno due file opposte sulla linea dei tre punti. Il primo giocatore di una delle due file corre verso il tiro libero e da lì si riceve e si tira da fuori area. Chi ha passato fa la stessa cosa del giocatore prima e così via.

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 3007

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione alla pallacanestro: tiro