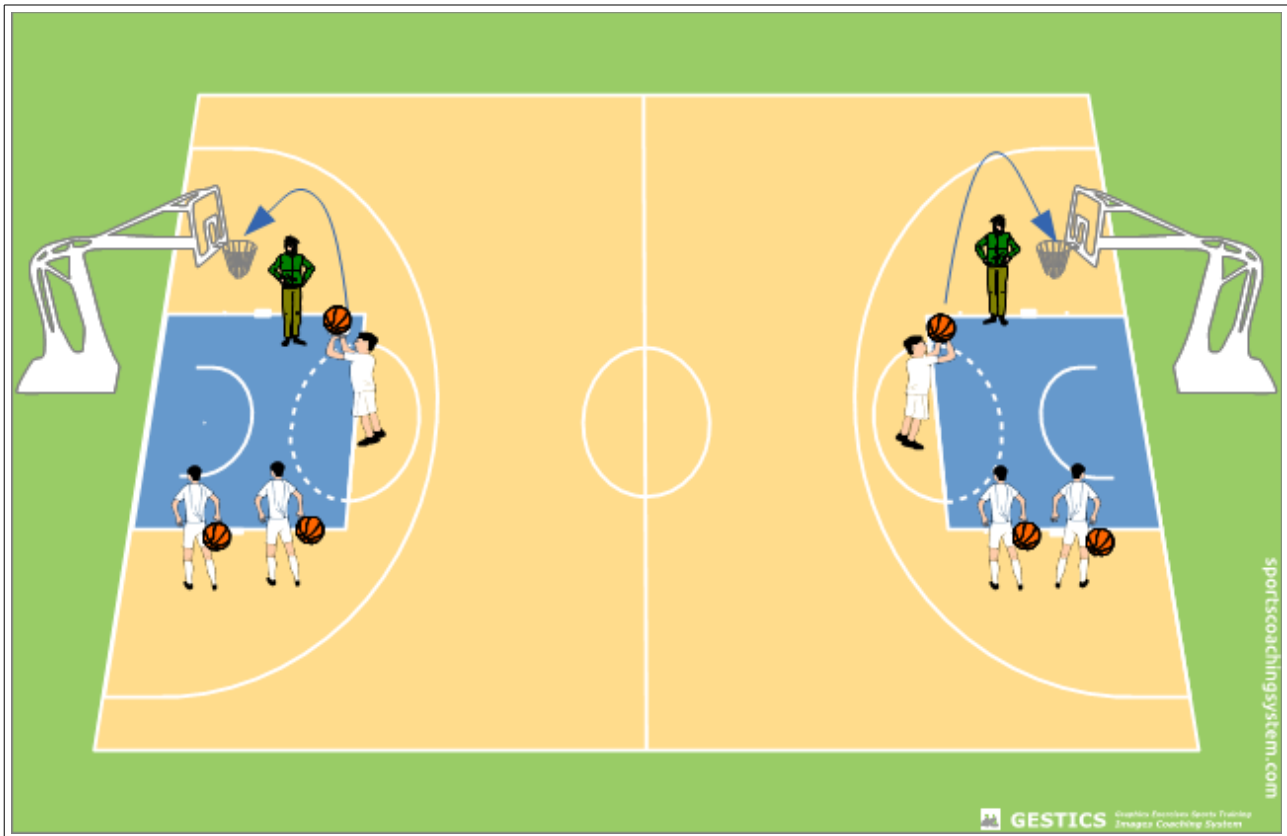


Pallacanestro: Tiri liberi



N° 3032 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - PALLACANESTRO - HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

DESCRIZIONE BREVE: fare canestro (tiro libero)

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: sia a squadre che no

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

SCOPO DEL GIOCO: fare canestro

DESCRIZIONE: Ci sono due squadre, il primo giocatore tira il tiro libero e prende il rimbalzo. Il giocatore dopo ripete l'azione svolta dal suo compagno precedentemente. Vince la squadra che in 3 minuti fa più canestri.

SCHEDE TECNICHE DI GIOCO - Esercizio N° 3032

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione alla pallacanestro: tiro