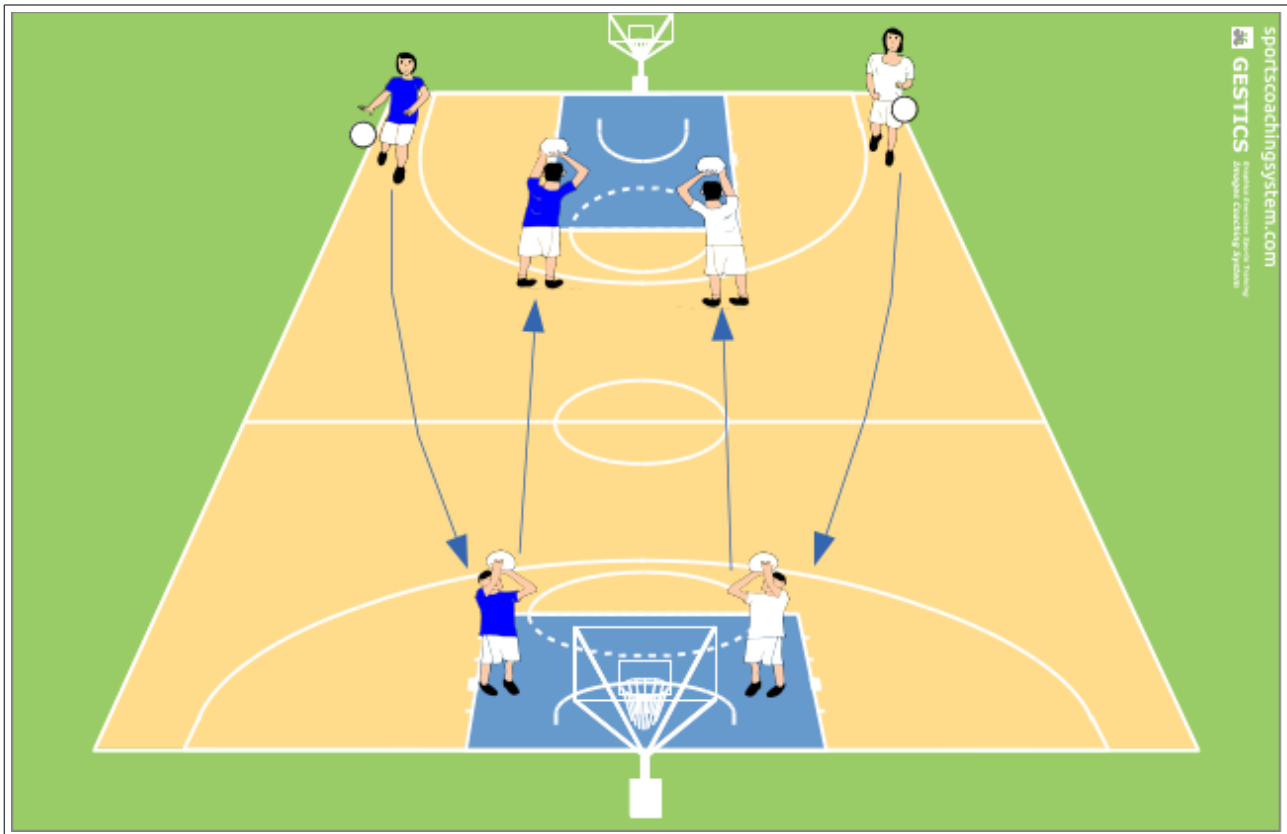


Pallacanestro: gara di tiro in due fasi



N° 3065 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM) - PALLACANESTRO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

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

DESCRIZIONE: 2 giocatori partono da fondo campo, corrono fino a giungere al canestro (dalla parte opposta) e concludere con un terzo tempo. Tirano fin quando non segnano, poi prendono il rimbalzo e corrono fino al canestro dall'altra parte del campo, tirano da tre.

Vince chi conclude per primo il percorso.

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 3065

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione alla pallacanestro: tiro