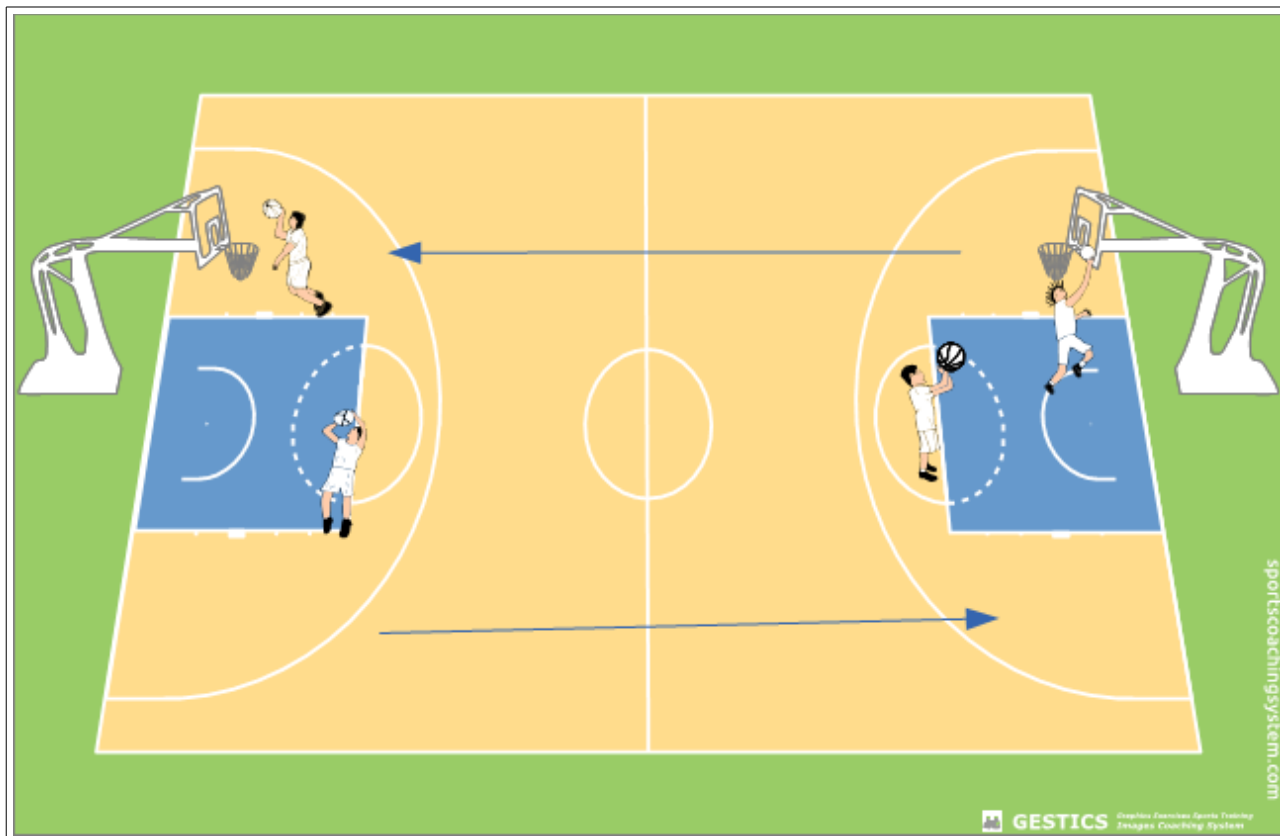


## Pallacanestro: un tiro e cambio canestro



N° 3056 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - PALLACANESTRO - HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

**DESCRIZIONE BREVE:** tirare a canestro

**PARTENZA:** da schema descritto

**SQUADRE:** non a squadre

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

**SCOPO DEL GIOCO:** fare canestro

**DESCRIZIONE:** tirare a canestro e ogni volta cambiare canestro. Tirare ogni volta in modo diverso.

**SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 3056**

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

**PROPEDEUTICITÀ:** 1) preparazione alla pallacanestro: tiro