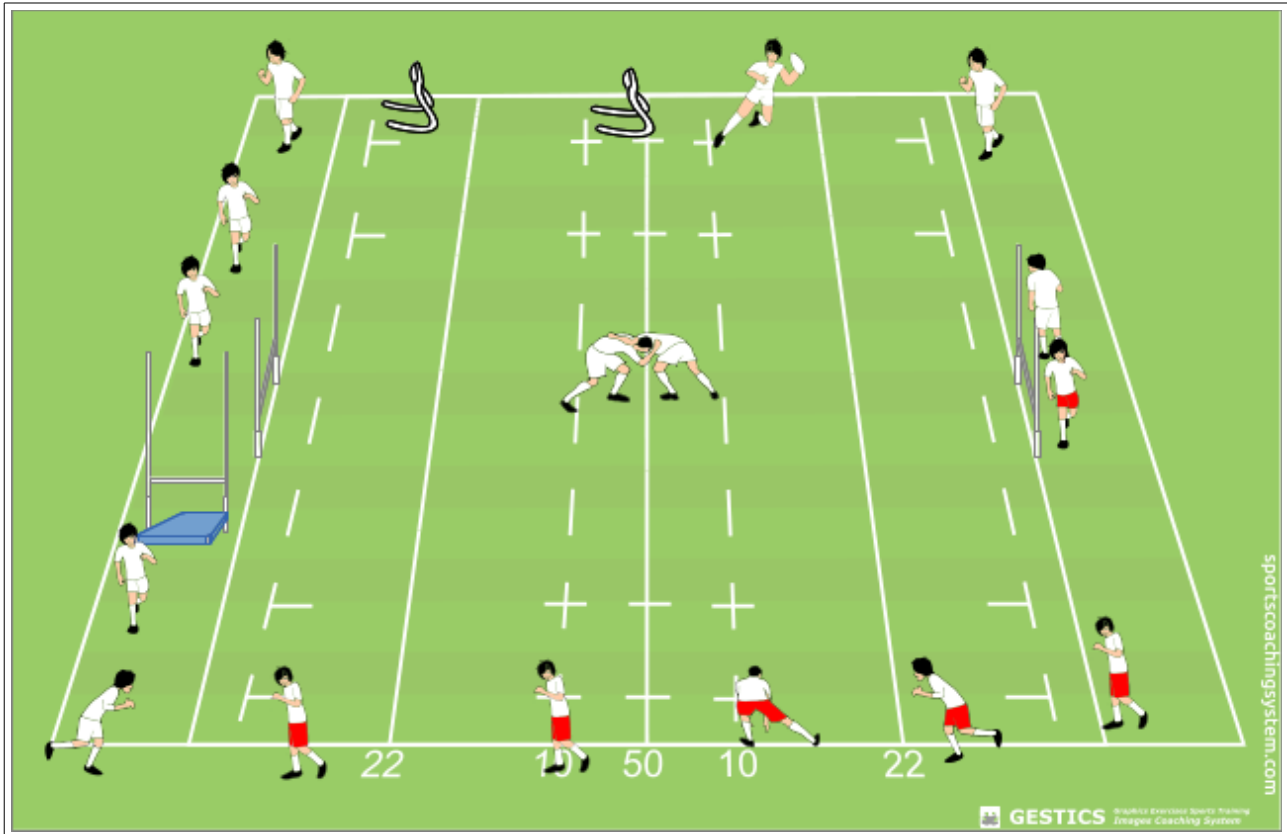


Rugby: chi la dura la vince



N° 7004 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - RUGBY](http://www.sportscoachingsystem.com) - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

CAMPO: qualsiasi campo

DESCRIZIONE: il giocatore A incomincia a fare il percorso passando la palla al giocatore B che intanto incomincia a fare il percorso. I giocatori C D tentano tenendo le mani sulle spalle di portare l'avversario fuori dalla zona delimitata, prima che il giocatore A finisca di fare il percorso

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 7004

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione al rugby

SCHEMI DINAMICI: 1) correre

CAPACITÀ COORDINATIVE: 1) capacità di accoppiamento e di combinazione motoria

CAPACITÀ CONDIZIONALI: 1) destrezza

CICLO (ETÀ): 1) secondo ciclo (7 - 11 anni); 2) terzo ciclo 11 - 14 anni

DURATA: media (Da 5 a 15 minuti)

GIUDIZIO: normale