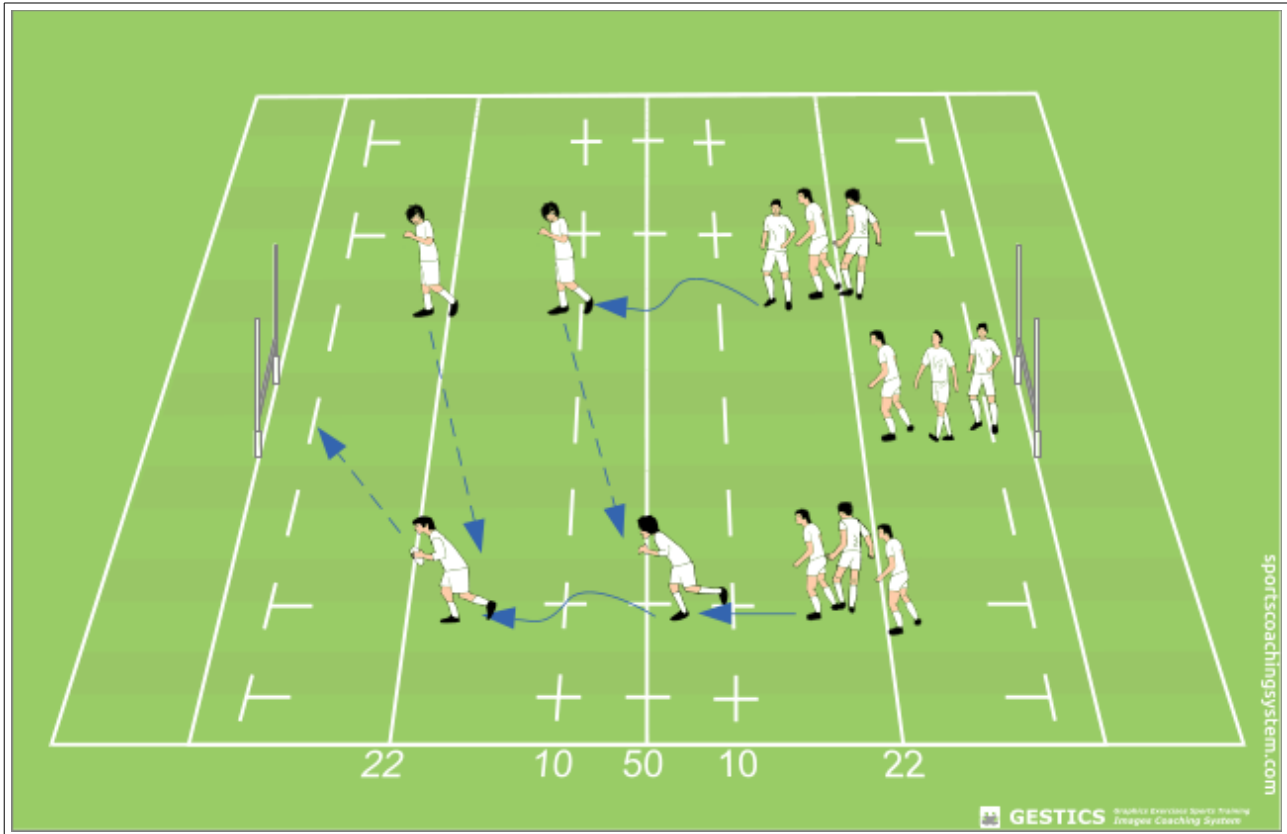


# Rugby: corsa e passaggi



N° 7005 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - RUGBY - HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

**PARTENZA:** da schema descritto

**SQUADRE:** non a squadre

**CAMPO:** qualsiasi campo

**DESCRIZIONE:** partendo da fondo campo, a coppie, correre in avanti ed effettuare passaggi

## **SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 7005**

**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