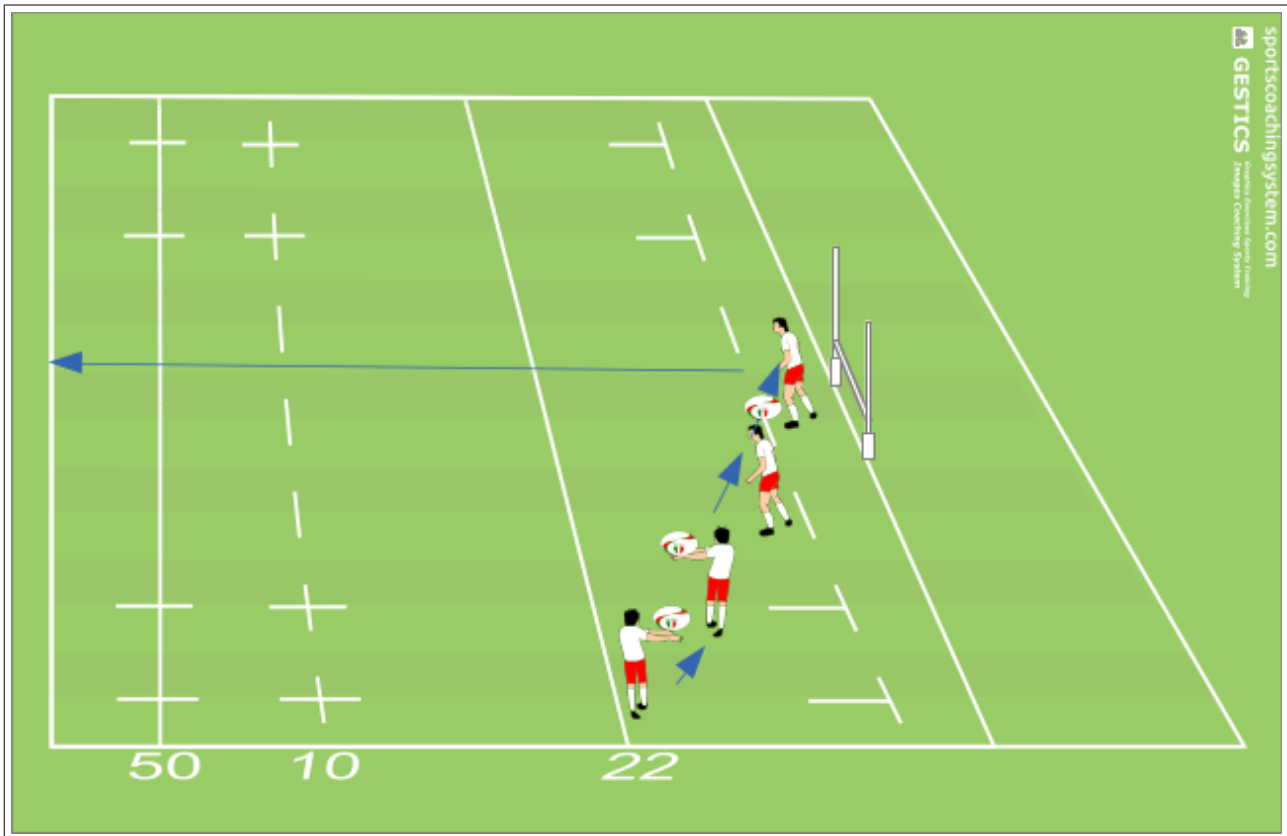


Rugby: passaggi e scatto



N° 7008 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - RUGBY - HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

DESCRIZIONE BREVE: si passa la palla e alla fine si scatta in avanti

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

CAMPO: è quello usato per il rugby m. 100x70, metà campo

DESCRIZIONE: passaggi fino al ultimo giocatore, l'ultimo scatta in avanti fino al centro campo e poi si ripete la sessione scalando di posto

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 7008

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