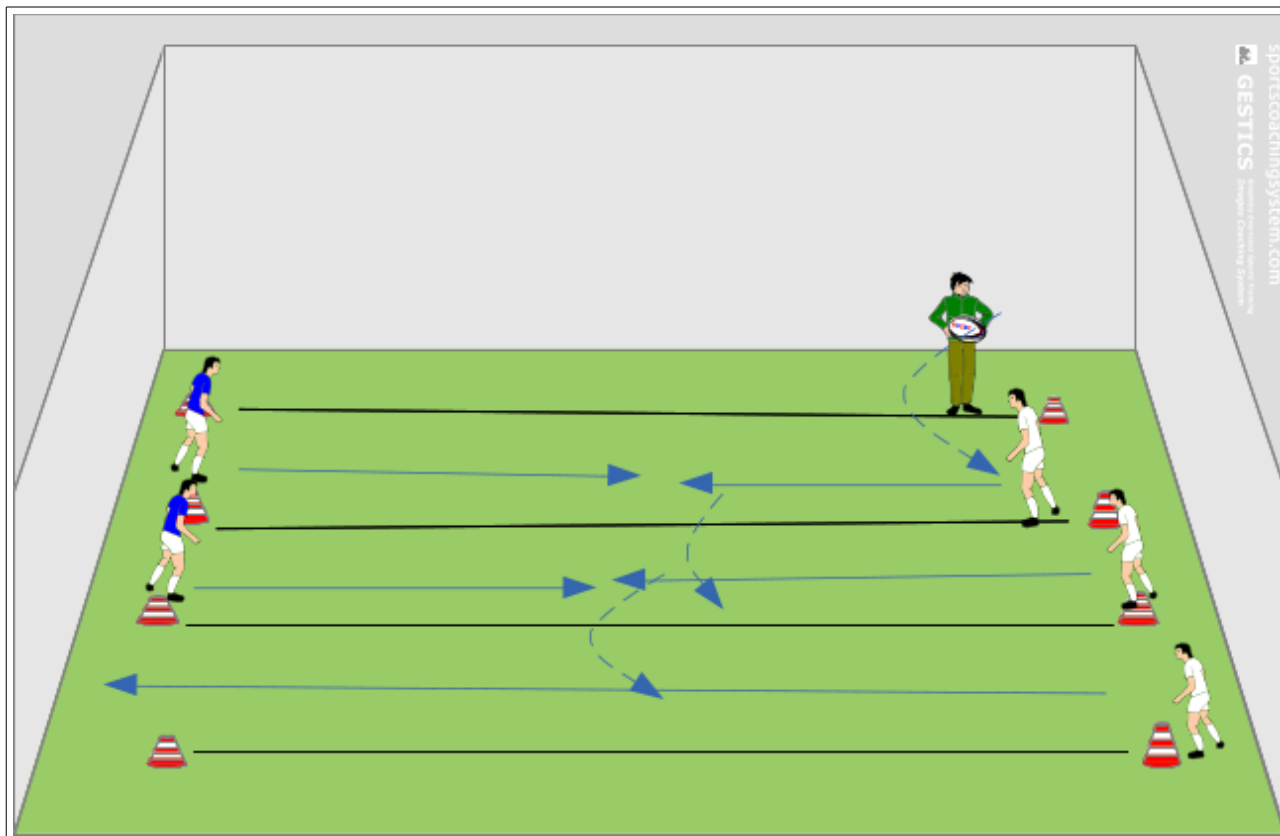


Rugby: 3 contro 2



N° 7003 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://www.sportscoachingsystem.com) - RUGBY - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

CAMPO: qualsiasi campo

DESCRIZIONE: tre giocatori disposti in una riga ricevono la palla dal coach e devono riuscire a portarla dall'altra parte del campo. Dall'altra parte del campo due difensori devono cercare di intercettare la palla durante i passaggi

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 7003

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) preparazione al rugby: passaggio

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