

## Passaggi Laterali in 4 Continuo )

Altre Abilità

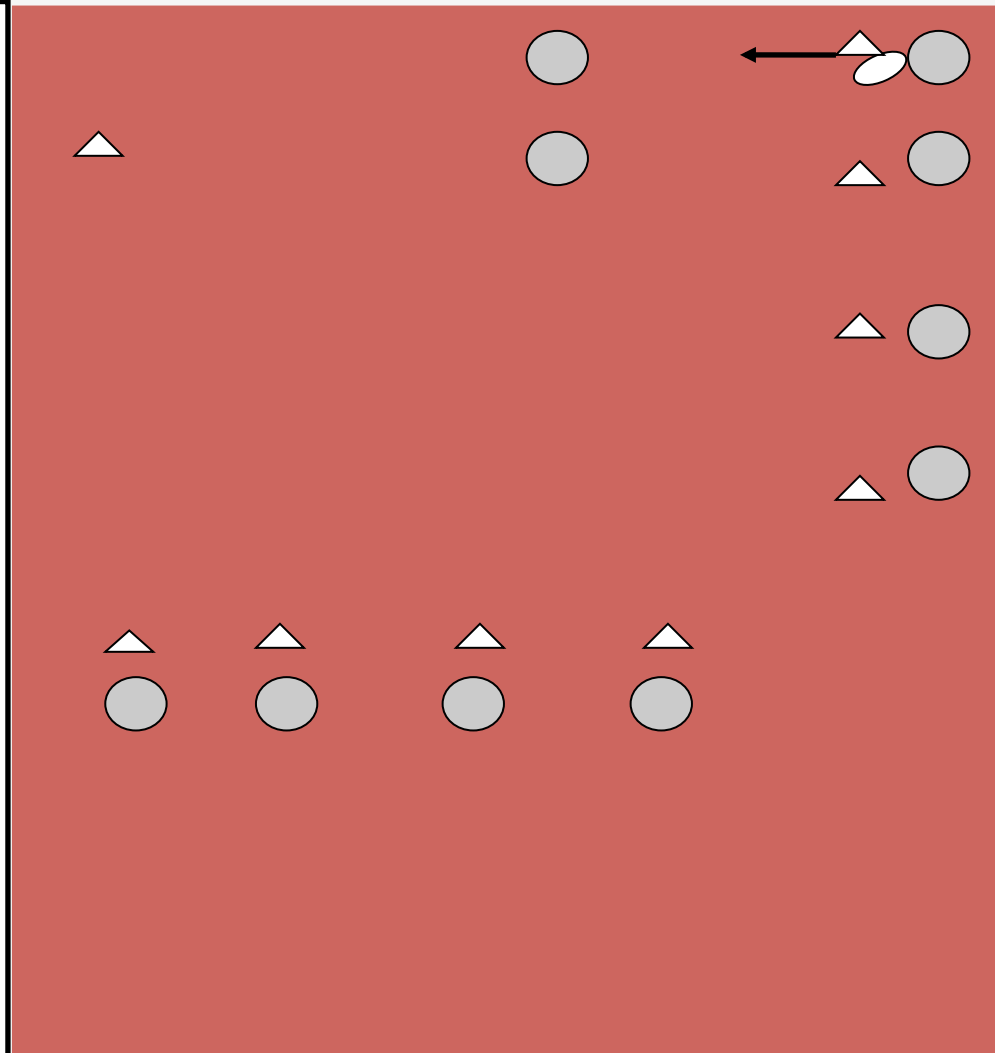
Comunicazione

### Spiegazione dell'esercizio:

- I giocatori si posizionano dietro a 4 coni distanti tra loro di circa 4/7 metri (variare)
- Al via il primo giocatore, correndo, prende e passa la palla al secondo che deve partire solo dopo che il primo ha corso 3 metri
- I giocatori devono provare a passare la palla correttamente e il più velocemente possibile.
- Due difensori si oppongono all'attacco in maniera "collaborativa" (non scivolano)

### Estensioni:

- **Difensori possono scivolare**
- **Inserire un' altro difensore**



### Punti chiave:

- Mani a doppia **W**
- Occhi sempre sulla palla
- Guardare prima di passare
- La palla deve essere all'interno dell'anca sx o dx
- Provare a prendere la palla con le mani senza portarla al corpo
- Correre dritti x fissare