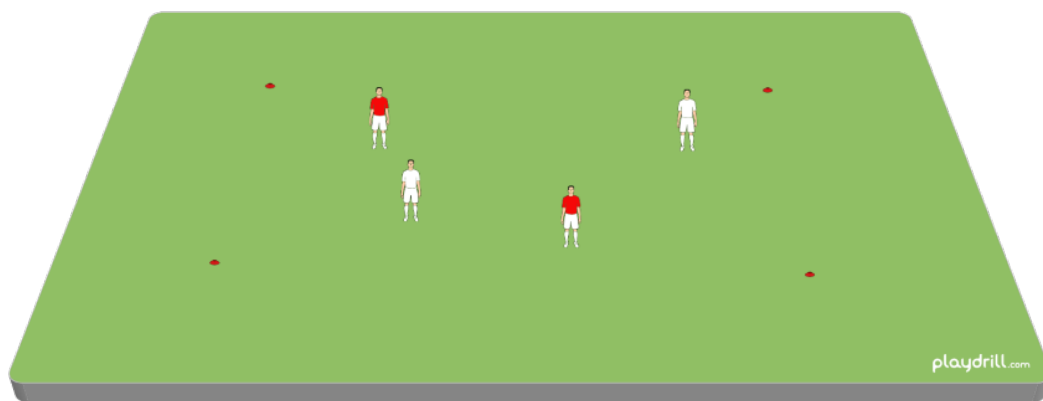


Possesso palla 2v2 con varianti

- **Mezzo di allenamento:** Possesso palla
- **Durata:** a seconda dell'obiettivo e numero di giocatori – 10/15 minuti con recuperi
- **Giocatori:** 4
- **Materiale:** 4 cinesini
- **Spazio di gioco:** 15x15, 10x10 per aumentare intensità e se qualità tecnica lo consente



Descrizione

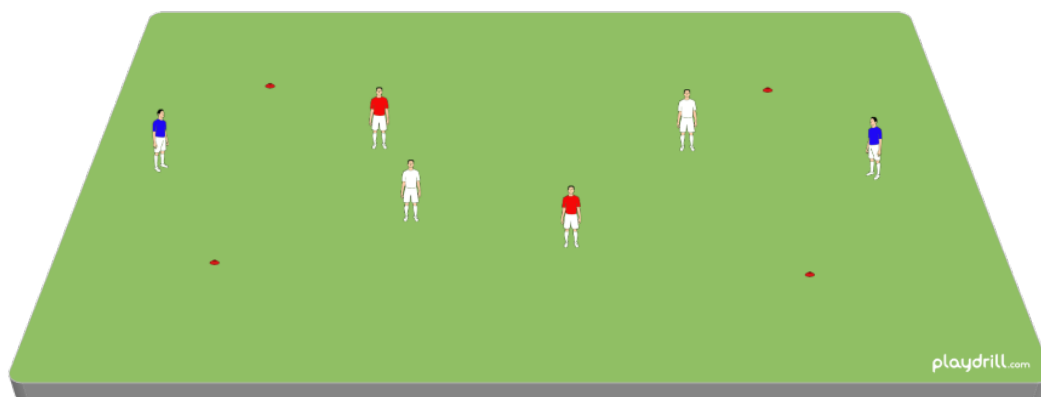
2 squadre da 2 giocatori si contendono il pallone in duelli continui

Variante 1

2 sponde, 1 per lato – creano una direzione nel possesso e quindi influenzeranno i movimenti. Possiamo eventualmente inserire punteggio se si va da una sponda all'altra.

Numero giocatori: 6

Spazio di gioco: 15x15



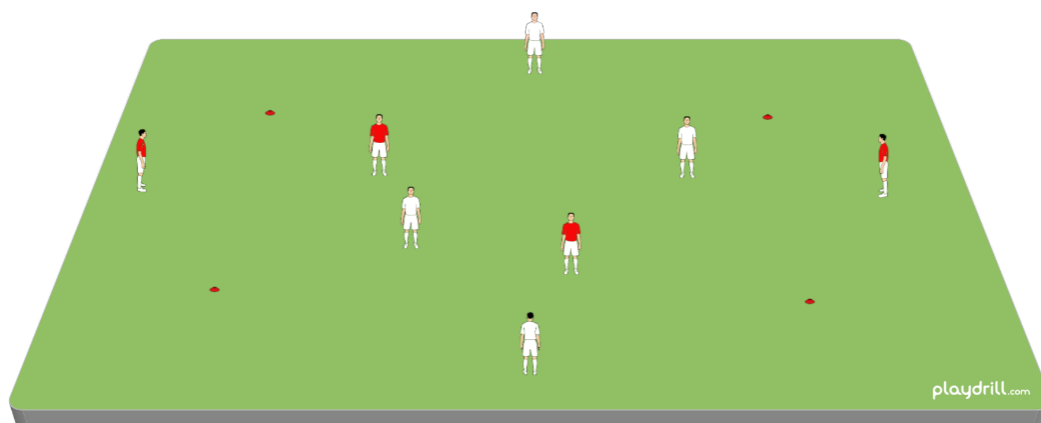
Rotazioni: Ogni serie cambiamo le sponde con una squadra dentro.

Variante 2

4 sponde, 1 per lato, 2 per squadra – creano una direzione nel possesso ma diverso per ogni squadra e quindi influenzeranno i movimenti. Possiamo eventualmente inserire punteggio se si va da una sponda all'altra.

Numero giocatori: 8

Spazio di gioco: 15x15, 20x20



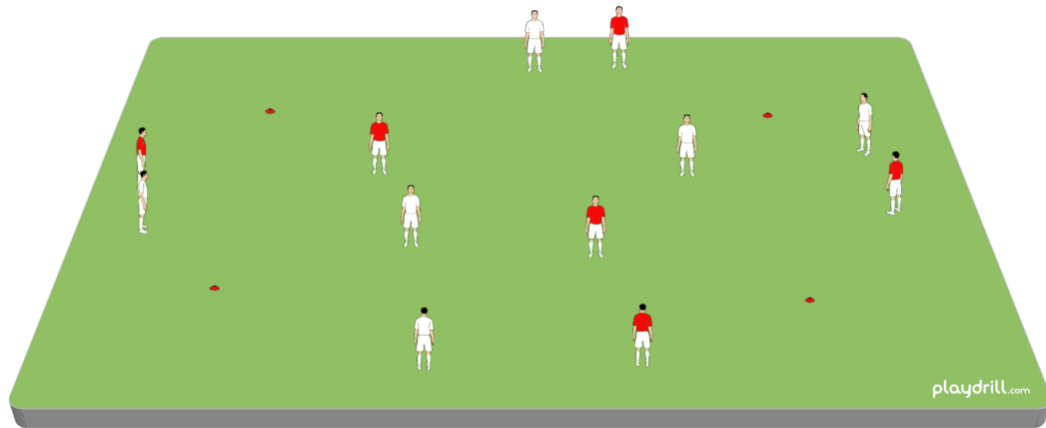
Rotazioni: Ogni serie cambiamo le sponde con i giocatori dentro.

Variante 3

8 sponde, 2 per lato, 2 per squadra – creano una direzione nel possesso ma diverso per ogni squadra e quindi influenzeranno i movimenti. Possiamo eventualmente inserire punteggio se si va da una sponda all'altra.

Numero giocatori: 12

Spazio di gioco: 20x20



Rotazioni: Ogni serie cambiamo le sponde con quelli dentro.