

Possesso palla 3v3 con varianti

- **Mezzo di allenamento:** Possesso palla
- **Durata:** 10/15 minuti
- **Giocatori:** 6
- **Materiale:** 4 cinesini
- **Spazio di gioco:** 20x20

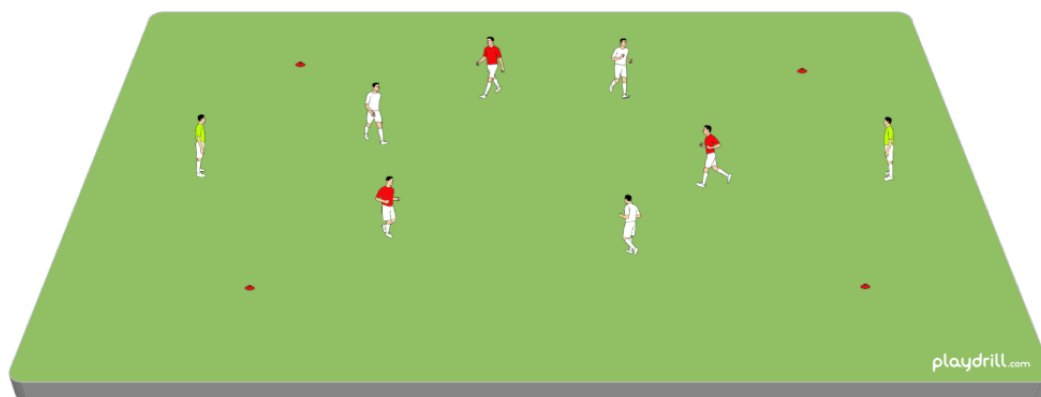


Descrizione

Possesso palla tra due squadre di 3 giocatori

Variante 1

1 sponda su due lati opposti, per dare una direzione



Rotazioni: Alternare tra le serie chi sta dentro e le sponde

Variante 2

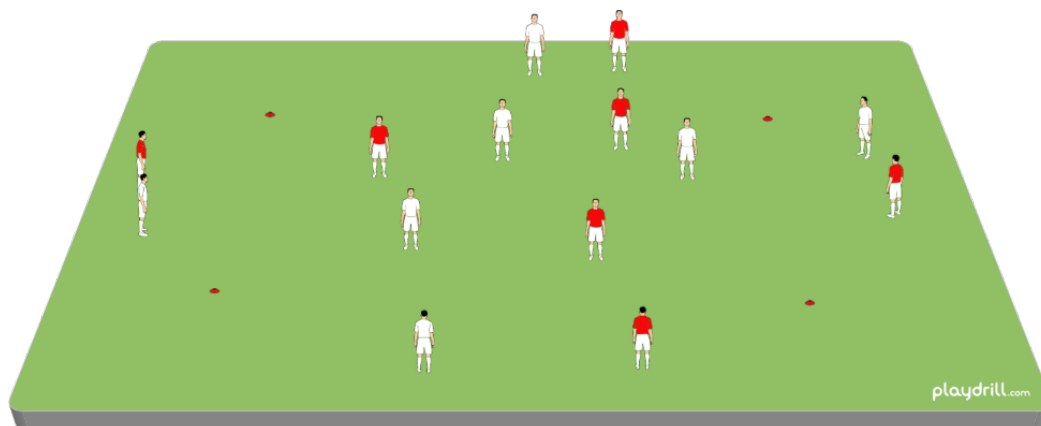
1 jolly che crea superiorità numerica



Rotazioni: Alternare tra le serie il jolly

Variante 3

2 sponde per lato, eventualmente per non fare pause obbligare i giocatori fuori ad entrare in campo e chi ha passato ad uscire



Rotazioni: Alternare tra le serie chi sta dentro e le