

Rugby – Mediano d'apertura (10): Diversi tipi di passaggi in piena corsa

Il mediano d'apertura, direttore d'orchestra della linea dei tre quarti, deve poter lanciare il gioco d'attacco eseguendo dei passaggi variati.

Dopo una mischia o una touche, si deve lanciare il gioco rispondendo a una moltitudine di possibilità da realizzare con esattezza e rigore. Il numero 10 deve essere in grado di eseguire alla perfezione tutta una serie di passaggi.

I vari passaggi sono allenati in situazioni di gioco reali, dapprima senza avversario, per imparare i gesti, quindi cercando l'esecuzione al massimo della velocità.

Fonte: Philippe Lüthi, responsabile G+S Rugby



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO