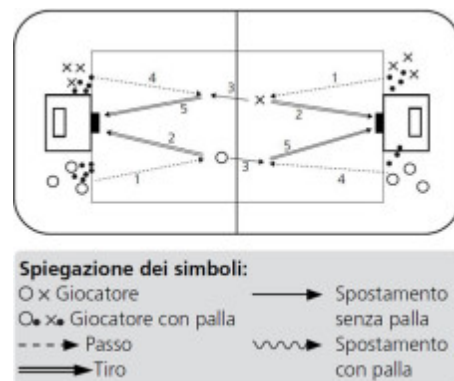


Unihockey su campo grande – Tecnica: Concorso di conclusioni a rete

Durante questo esercizio, i giocatori effettuano dei tiri a rete con la pressione del tempo. Questa competizione può essere individuale o a squadre.

Due giocatori partono a rete. Il passaggio al compagno deve avvenire in maniera diretta. In seguito i giocatori cambiano lato. Ogni rete vale un punto. Dopo 30 secondi quale giocatore ha segnato più reti?



Varianti

- Le palle dall'esterno sono giocate anche a metà altezza.
- Come concorso a squadre.

Osservazioni

- Sono permesse solo conclusioni dirette. Più precisi sono i passaggi, più facile è la conclusione a rete.
- I giocatori in sovrannumero raccolgono le palle, affinché colui che effettua i passaggi abbia sempre palle a sufficienza.

Fonte: [swiss unihockey](https://www.swissunihockey.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO