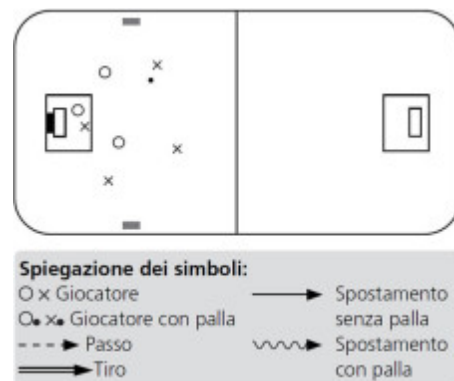


Unihockey su campo grande – Small game: Difesa a tre

Capire il gioco e il gioco di squadra: sono i principali elementi di questo esercizio, che si svolge costantemente in situazione di superiorità numerica.

Giocare in 4:3 su una metà campo. La squadra di 4 che attacca (incluso il portiere) cerca di segnare una rete. Se la squadra in inferiorità numerica riesce a intercettare la palla, cerca di segnare una rete colpendo uno dei due cassoni svedesi (senza portiere) sistemati a sinistra e a destra lungo le pareti.



Varianti

- Cambiare il numero di giocatori: 3:2, 3:3, 5:4.
- Tempi di permanenza brevi in campo.

Osservazione: transizioni molto veloci.

Materiale: due cassoni

Fonte: [swiss unihockey](http://swiss.unihockey)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP