

Kin-Ball: Freeze

Il «freeze» è la strategia offensiva di base: consiste nel giocare il pallone il più velocemente possibile per sorprendere la squadra avversaria.

Condizioni quadro

- Durata della lezioni: 90 minuti
- Gruppo target: livello secondario I e II, società sportive
- Livello di progressione: avanzati



Obiettivi di apprendimento

- Imparare a recuperare il pallone il più velocemente possibile per poterlo colpire rapidamente.
- Esercitare i tiri negli angoli del campo

[Lezione: Tattica offensiva – Freeze](#) (pdf)

Fonte: Patrick Brulhart, Johan Goeri, Zoe Marci, Daniel de Martini, Marc-André Morin (Federazione svizzera di Kin-Ball)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO