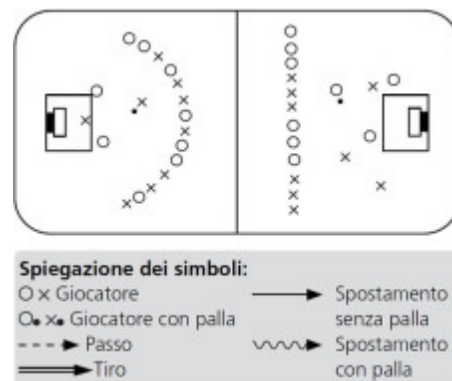


Unihockey su campo grande – Small game: Concorso di tiro

Grazie alle dimensioni ridotte del campo, alla forma di gioco e all'obiettivo perseguito, questo esercizio è particolarmente intenso.

Giocare davanti alla porta per 20 secondi in 3:3 (o 2:2). Vi sono a disposizione al massimo 7 palle. Se necessario, l'allenatore ne introduce delle nuove. Il campo da gioco è delimitato dai compagni, che fanno anche attenzione a che la palla non esca dal campo.



Varianti

- Adattare/cambiare le dimensioni del campo.
- Creare situazione di superiorità/inferiorità numerica.
- Regole supplementari: ad esempio solo conclusioni dirette.

Osservazione: le squadre devono cercare la conclusione il più velocemente possibile.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO