

## Kin-Ball: Criss cross

In questo esercizio gli allievi imparano a controllare la palla e a passarsela rimanendo in movimento. I giocatori corrono ed eseguono i passaggi seguendo un determinato schema.

Formare tre colonne. Pallone al centro. Il giocatore 2 passa la palla a destra al giocatore 1 e segue il pallone spostandosi a destra dietro il giocatore 1 che, a sua volta, si sposta al centro. Palla al centro: il giocatore 1 passa la palla a sinistra al giocatore 3 e segue il pallone spostandosi a sinistra dietro il giocatore 3 che si sposta al centro. Pallone al centro: il giocatore 3 passa la palla a destra al giocatore 2 e segue il pallone spostandosi verso destra dietro il giocatore 2 che si sposta al centro. E così via.



Fonte: Insetto pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO