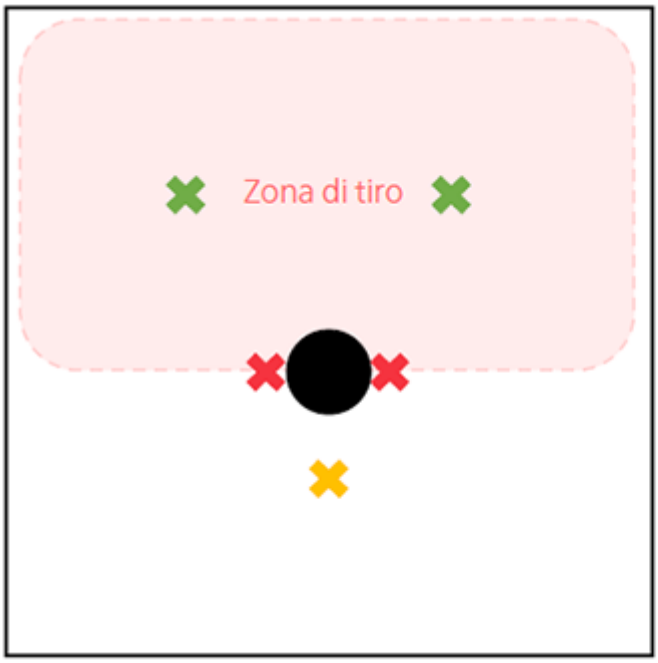
Kin-Ball – Duelli: 1 contro 2

Questo esercizio che vede la partecipazione di soli due difensori aiuta a migliroare il posizionamento in campo e la comunicazione.

Tattica offensiva: sviluppare la visione di gioco, migliorare la tecnica di tiro, sviluppare nuovi stili di tiro

Tattica difensiva: sviluppare l'anticipazione e l'analisi della situazione, sviluppare la tecnica di scivolata, migliorare il posizionamento difensivo in due, sviluppare la comunicazione



Descrizione dei simboli

- Pallone
- Attaccante
- Difensore
- Giocatore statico
- Allenatore

Due giocatori tengono il pallone, un terzo lo colpisce e due difensori cercano di recuperarlo prima che tocchi per terra. Questi ultimi ridanno il pallone alla cellula e si riposizionano per il tiro successivo.

Dopo che lo stesso giocatore ha effettuato da tre a cinque tiri, i due difensori formano la nuova cellula. L'attaccante e uno dei due giocatori della cellula precedente diventano difensori e il secondo giocatore della cellula prende il posto dell'attaccante.

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