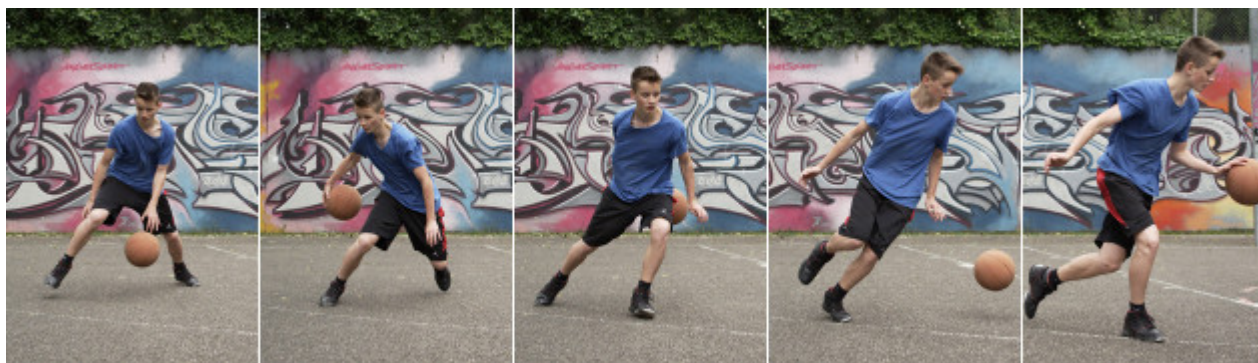


## Street Games – Streetball: Figure freestyle – Killer crossover

Durante questo esercizio si allenano i seguenti movimenti: cambio di mano tra le gambe, portare la palla dietro la schiena e nuovo cambio di mani.



Cambio di mano tra le gambe da sinistra verso destra. In seguito portare la palla di nuovo alla mano sinistra facendola passare dietro la schiena. Finta aperta verso sinistra, poi drive crossover verso destra con cambio mano tra le gambe.

---

Fonte: [Muriel Sutter](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO