

Street Games – Streetball: Figure freestyle – Layup 360

Nello streetball si esegue soprattutto il canestro da sotto (layup) perché è più spettacolare della variante più sicura del canestro da sopra. In questo esercizio prima del lancio viene eseguita una rotazione.



Eseguire una rotazione di 360° in aria e poi affondare la palla nel canestro.

Fonte: [Muriel Sutter](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO