

Street Games – Streetball: Figure freestyle – Layup crossover

Un esercizio che prevede un layup dopo un crossover fra le gambe. Per riuscire ad eseguire l'esercizio correttamente è necessario provare più volte.



Mentre ci si trova in aria, far passare la palla tra le gambe e poi concludere con un layup nel canestro.

Fonte: [Muriel Sutter](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO