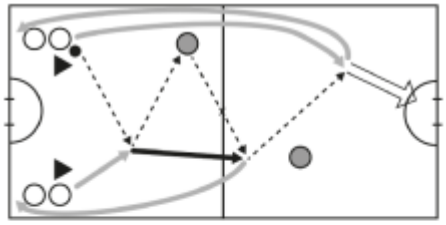
Intercrosse – Attaccare: Sviluppo di un attacco

La presenza di due giocatori supplementari durante questo esercizio offre nuove soluzioni ai due attaccanti e permette loro di concentrarsi sul luogo in cui si trovano.



Formare squadre da due allievi con una palla. Posizionare due ricevitori in un campo. La squadra da due attacca e, se necessario, integra i due ricevitori. Lo scopo è segnare dopo aver fatto almeno quattro passaggi.

Varianti

Più difficile

- Integrare una posizione di difesa.
- Collocare un portiere o un cassone nella porta.

Materiale: palle e mazze, due paletti, una porta, ev. cassone

Fonte: Beatrice Wiggenhauser, Federazione svizzera di lacrosse e intercrosse