

Unihockey – Tirare: Tiro al cassone

I passaggi e i tiri precisi sono una capacità di base nell'unihockey. I bambini in questo esercizio allenano proprio la precisione.



Rimuovere l'elemento superiore di un cassone. I bambini cercano di tirare più palline possibili dentro il cassone da una determinata distanza (pallonetto).

Varianti

- Usare diversi tipi di palle (da tennis, softball piccolo). Usare altri elementi in cui tirare la pallina. Per esempio un cerchio per terra, l'elemento superiore del cassone capovolto, ecc.

Materiale: cassone, diversi attrezzi e palle.

Fonte: [Reto Balmer, responsabile della formazione a swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO