

Unihockey – Passare: Passaggi mirati

In questo esercizio si allenano i passaggi precisi in modo ludico. Due squadre devono sempre cercare di colpire gli stessi bersagli.



I bambini si trovano a circa 5-10 metri di distanza da una serie di bersagli (paletti, coni, clavette, ecc.). Quale delle squadre riesce a colpire più bersagli entro un determinato lasso di tempo?

Varianti

- Aumentare/ridurre la distanza.
- Tirare di dritto/di rovescio.

Materiale: bersagli (paletti, coni, clavette, ecc.).

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO