

Unihockey – Passaggi: Il miglior passatore

La precisione dei passaggi e delle ricezioni corrette sono due cose strettamente collegate. Questo esercizio permette di combinare queste due capacità.

Disporre diversi «bersagli» nella palestra (elementi di cassone, paletti, coni, ecc.). Muovendosi attraverso la sala, i giocatori cercano di riuscire il maggior numero di passaggi fra i bersagli. Chi fa il maggior numero di passaggi in un minuto?

Materiale: Elementi di cassone, paletti, coni, ecc.

Fonte: Beutler, B. & Wolf, M. (2004). Unihockey basics – Spielentwicklung in Schule und Verein. Herzogenbuchsee: Ingold Verlag/ SVSS.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO