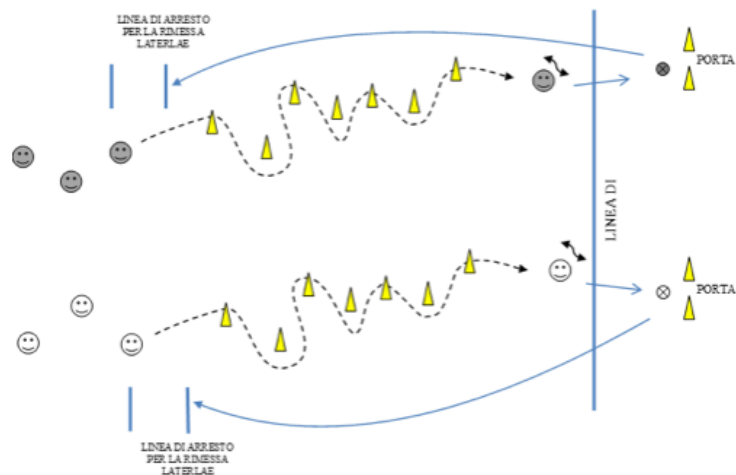


Soccer games - slalom, tiro e forza

MATERIALI: 1 pallone per ogni giocatore, 15 coni o cinesini per ogni percorso.

SPAZIO NECESSARIO E COME ORGANIZZARLO: qualsiasi tipo di terreno compatto di dimensione 6x15 metri.

DURATA: 10-15 minuti.



Spiegazione attività

Ogni atleta a turno esegue uno slalom tra i cinesini con il proprio pallone ai piedi ed al limite prestabilito calcia il pallone cercando di centrare la porta.

Recupera il pallone e corre fino al punto indicato ed effettua una rimessa laterale cercando di superare la distanza indicata, recupera il pallone e si rimette in fila dando così il cambio al compagno che parte a sua volta per effettuare il percorso.

Si prosegue ad oltranza per il tempo stabilito ed al termine si contano i percorsi completi "andata e ritorno" (ogni 3 goal verrà conteggiato come un percorso così come la corretta rimessa laterale). Le squadre verranno classificate in funzione del numero di percorsi completi realizzati.