

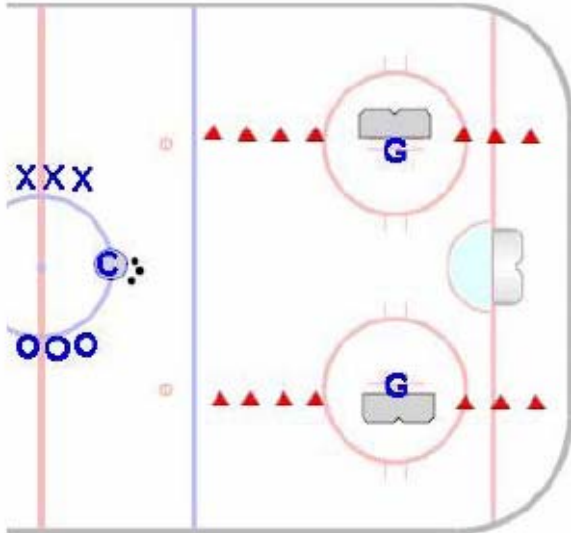
2 on 2 In the box

ETA: tutte le categorie

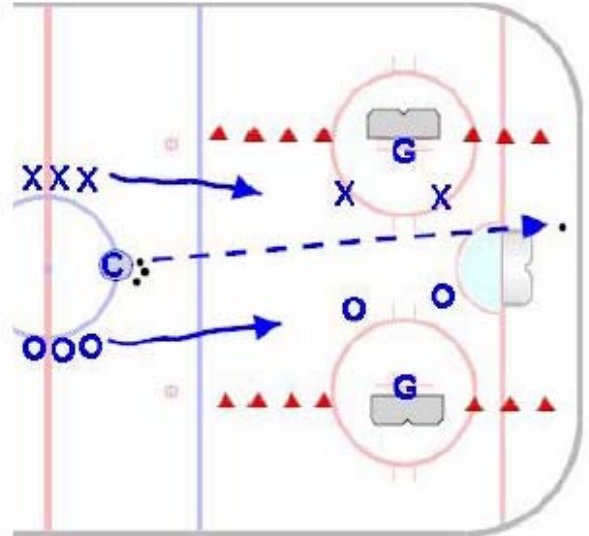
Durata: da 8' a 10' minuti

Cambio: 25" - 40" secondi

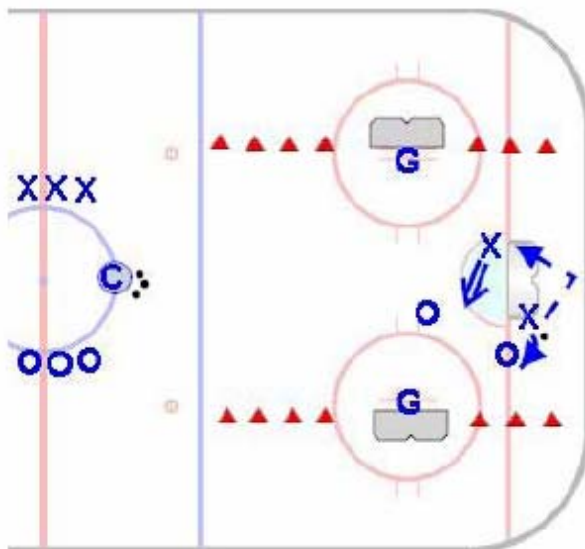
Obiettivo: simulare situazioni di gioco dove i giocatori trovano aperture e opportunità creative avendo una pressione costante



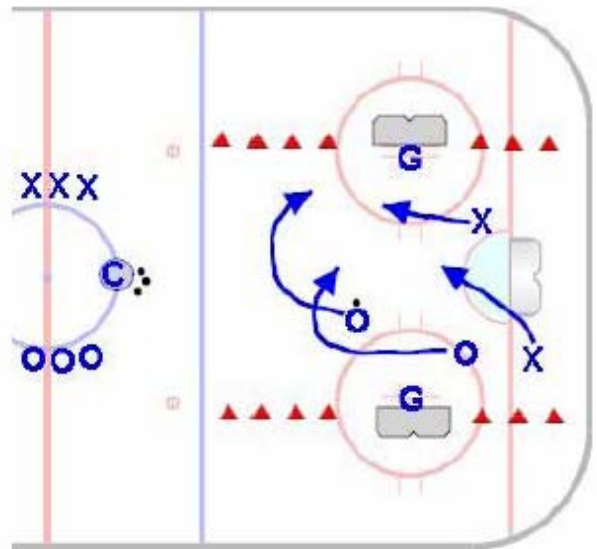
- Porte sui punti di ingaggio
- Coni posizionati lungo l'immaginaria linea di goal
- I dischi non possono oltrepassare la linea di goal



- L'allenatore lancia il disco in zona e 2 giocatori per squadra entrano a giocare
- Se il disco oltrepassa la zona di goal, l'allenatore chiama "disco" e tira un disco in zona



- I giocatori devono muoversi costantemente con passo incrociati e movimenti laterali, cercando aperture e creando opportunità di tiro
- I giocatori devono supportare il portatore di disco e posizionarsi per ricever il disco



- Dopo aver preso un rimbalzo o aver perso il disco, il gioco muove nell'altra direzione
- La situazione tipica vede numerosi cambi di direzione, chiamate di nuovi dischi e molte ottime opportunità di segnare