

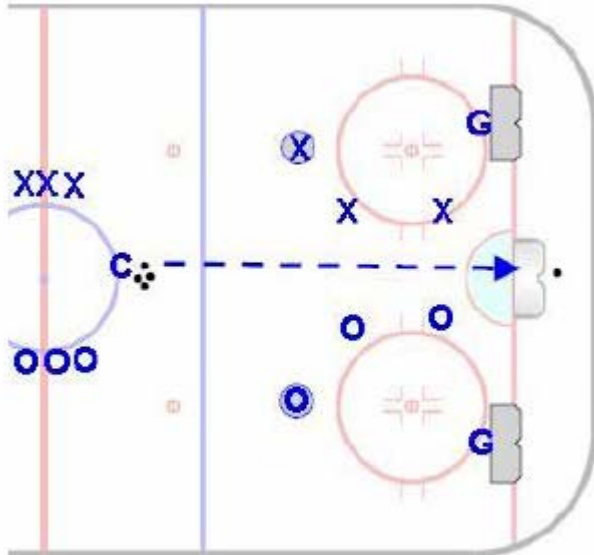
3 on 2 Bruin

ETA': tutte le categorie

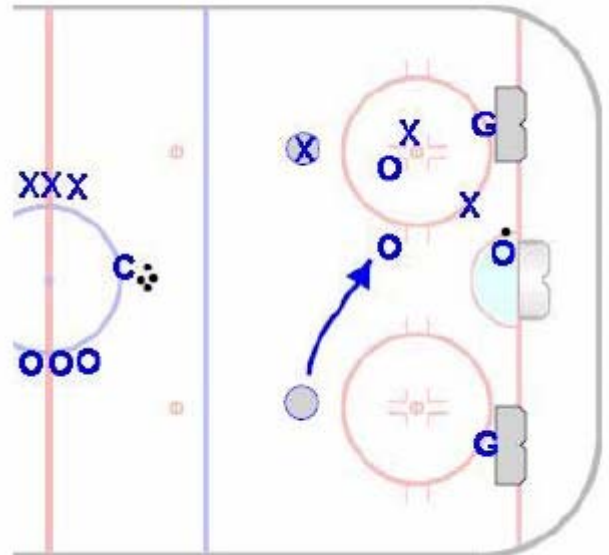
Durata: da 8' a 10' minuti

Cambio: 30" - 40" secondi

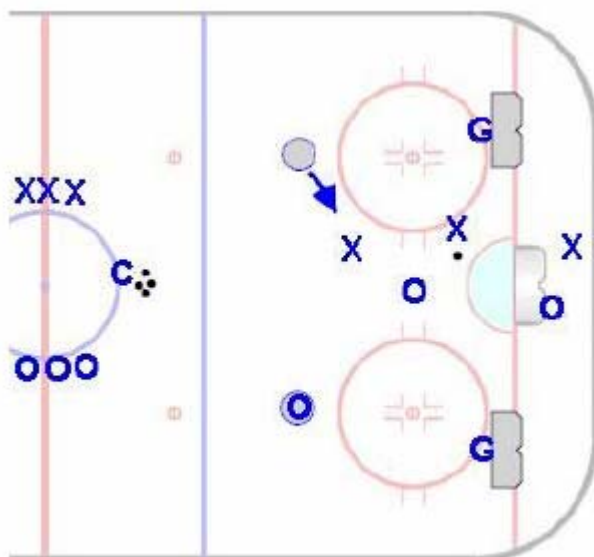
Obiettivo: simulare attacco 3 vs 2 vicino alla porta



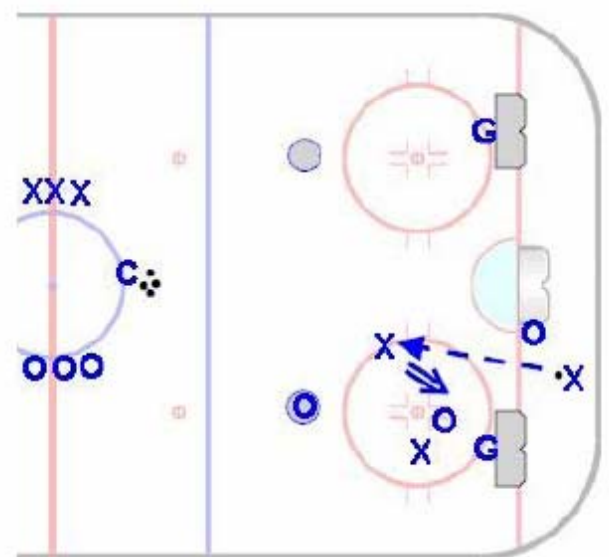
- Porre le porte con il palo interno in linea al punto di ingaggio entro la linea di porta
- Un giocatore per squadra è posizionato sopra il cerchio di ingaggio più vicino alla propria porta



- L'allenatore lancia il disco ed entrano 2 giocatori per squadra
- Il giocatore fermo può giocare solo se la propria squadra ha il disco, creando così una superiorità 3 vs 2



- Se la squadra in attacco perde il disco, il giocatore fermo deve tornare immediatamente nella posizione iniziale
- Entra in gioco il giocatore fermo dell'altra squadra



- La posizione della porta crea più spazio . Incoraggia i giocatori ad usarlo .
- Sarà usato molto lo spazio vicino alla porta