

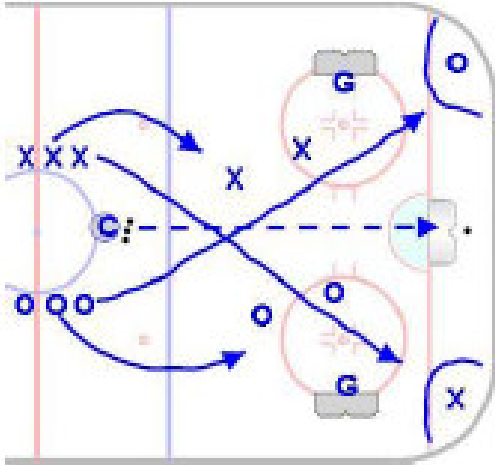
3 on 3 Safe Zone

ETA: tutte le categorie

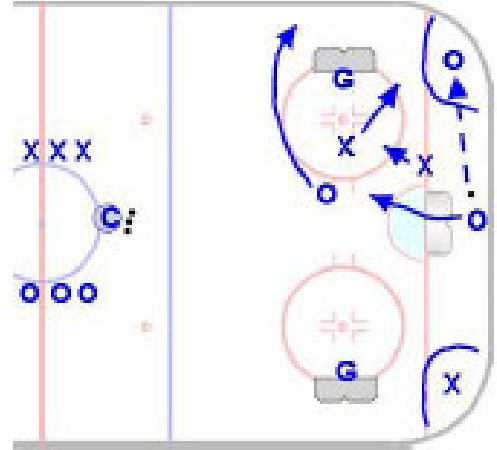
Durata: da 8' a 12' minuti

Cambio: 30" - 45" secondi

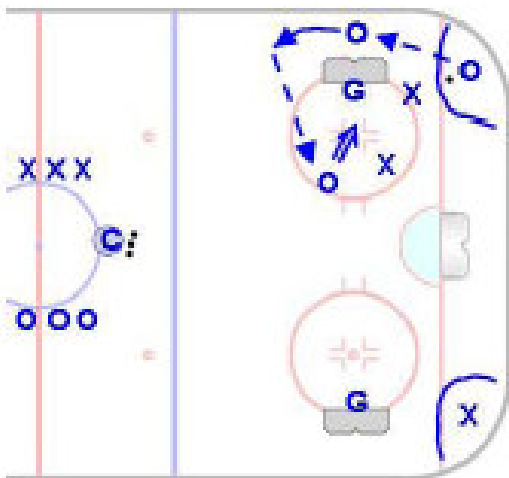
Obiettivo: simulare situazioni di gioco di "dai e vai" dall'angolo offensivo al tiro.



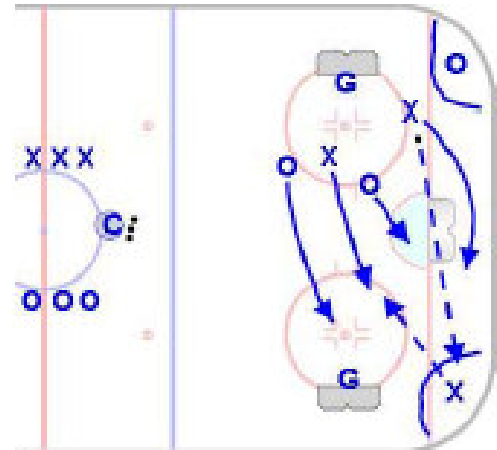
- Porte sui cerchi di ingaggio
- 1 giocatore nella "Zona Salva" dell'angolo opposto al proprio portiere
- L'allenatore tira il disco in zona e altri 2 giocatori di movimento per squadra a giocare



- Il giocatore della "Zona Salva" non può uscire da essa e non può essere pressato
- E' possibile tirare solo dopo aver ricevuto il passaggio di ritorno dal giocatore della "Zona Salva"



- I giocatori devono tenersi sempre in movimento e cercare spazi liberi
- Incoraggiare i giocatori ad usare la zona dietro porta e gli spazi liberi



- Da ogni disco perso dovrà ripartire subito un nuovo attacco passando alla propria "Zona Salva" ed i giocatori dovranno prendere posizione per ricevere il passaggio di ritorno.
- I giocatori dovranno prendere vantaggio dalle opportunità di contropiede