

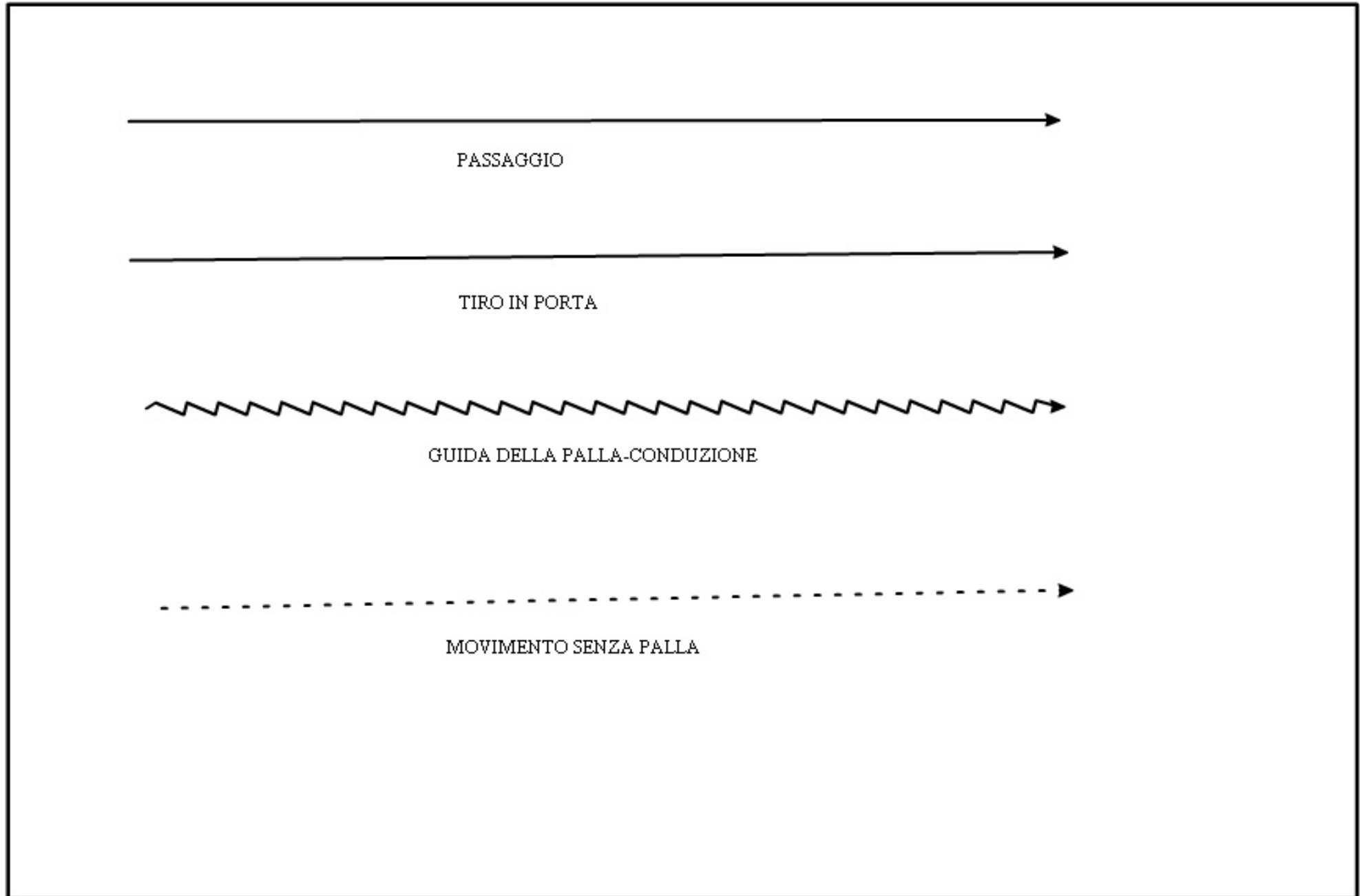


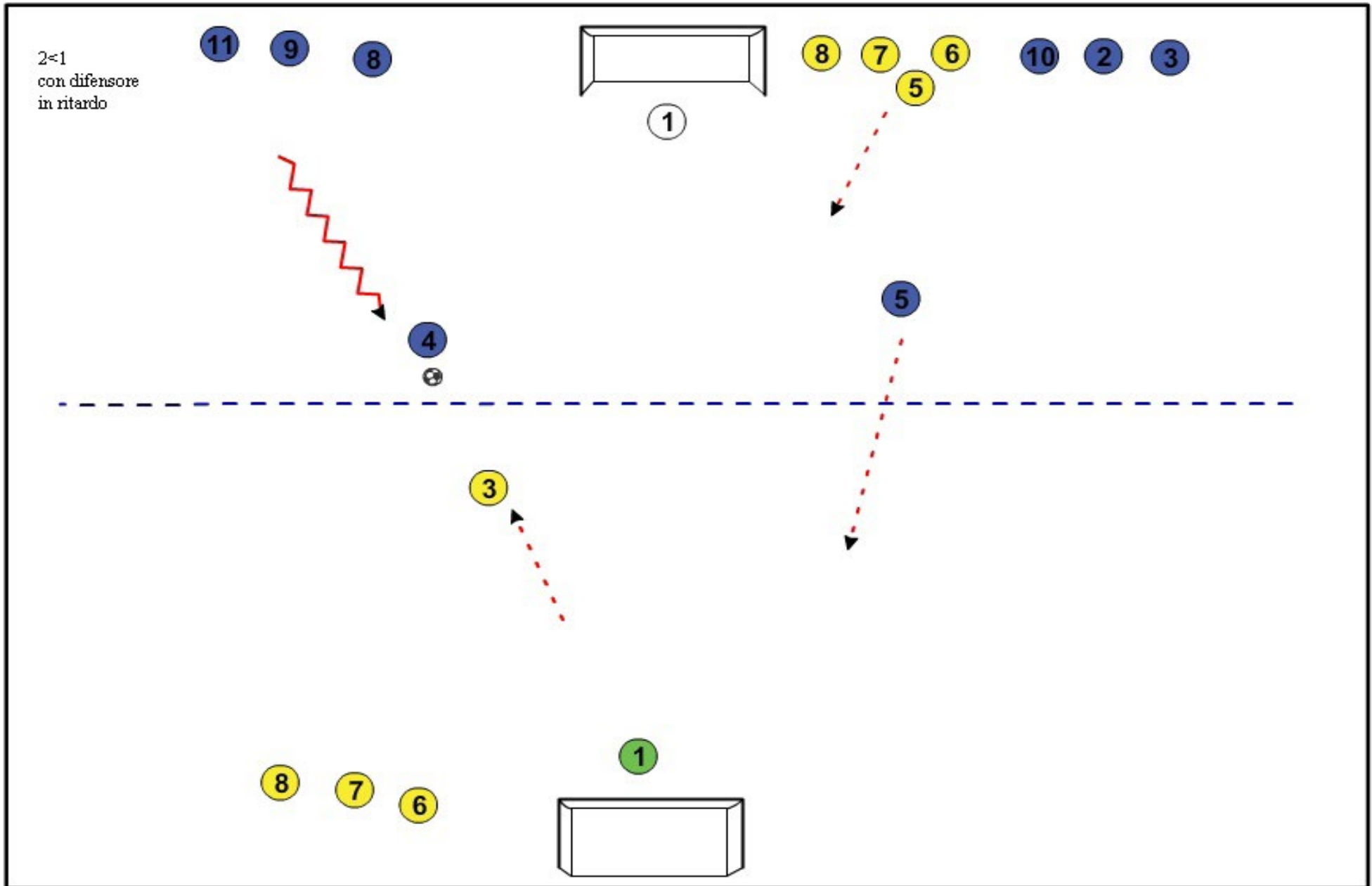
a.s.c.d.

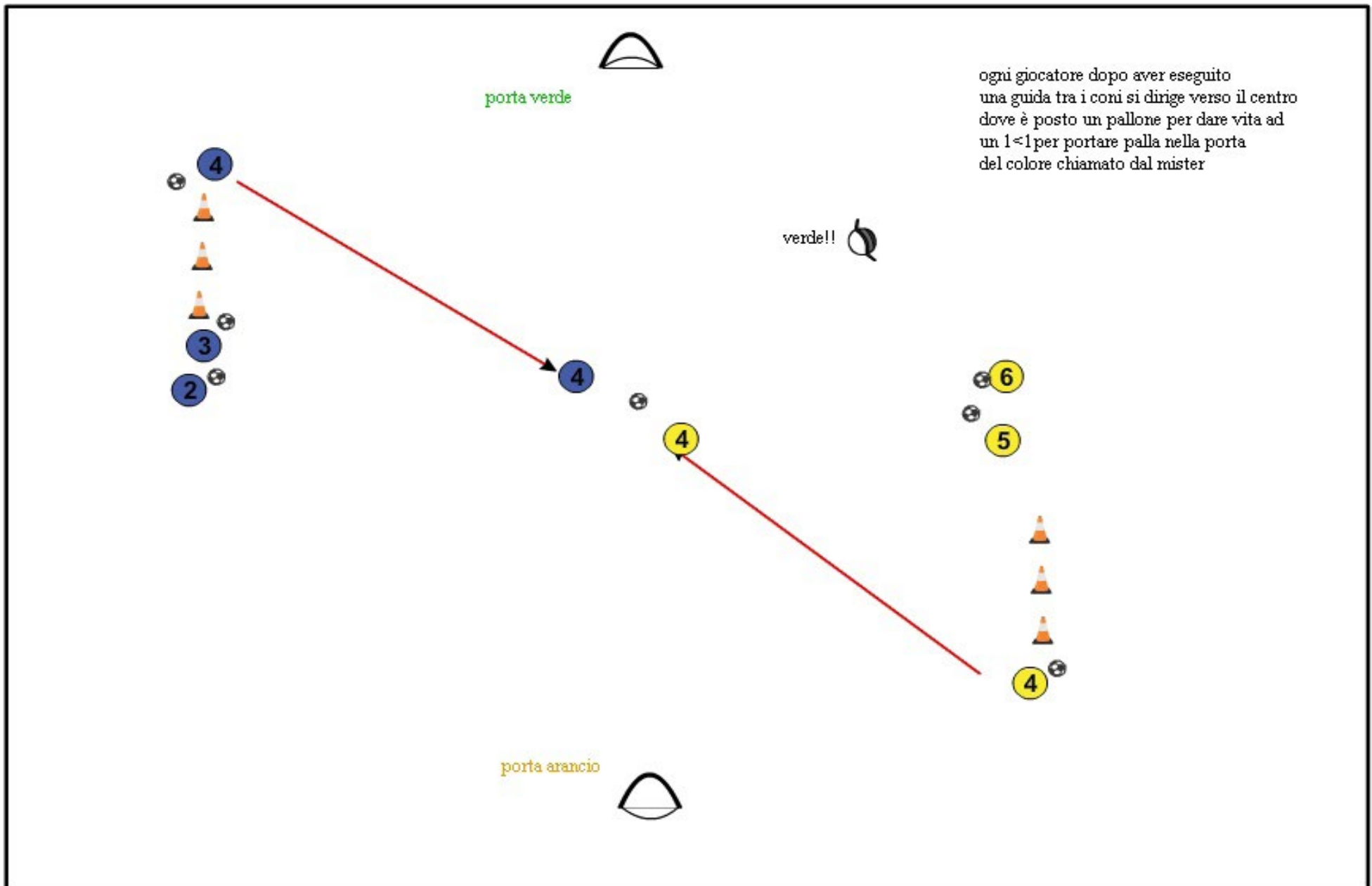
AQUILA 1902
MONTEVARCHI

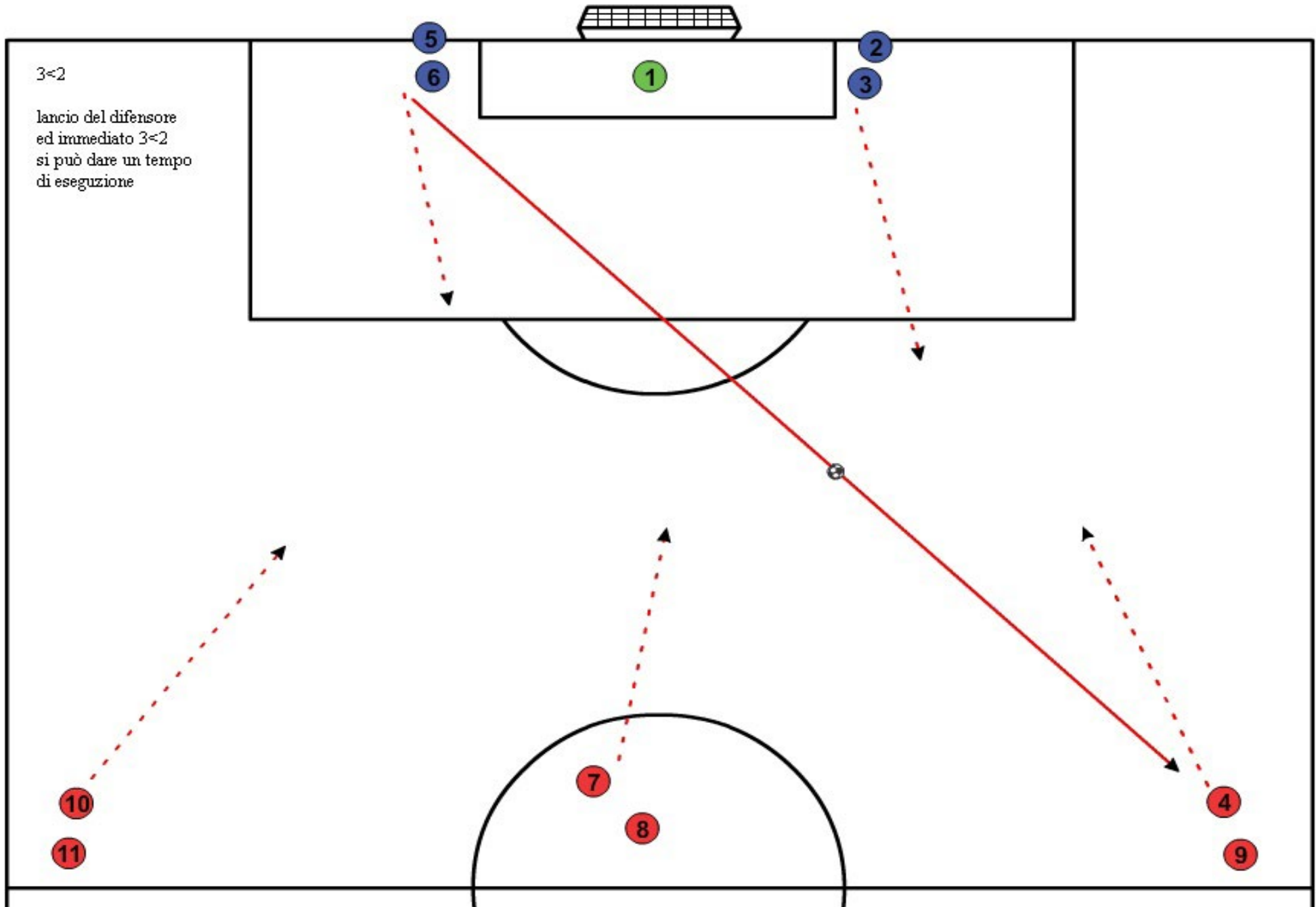
Esercitazioni situazionali

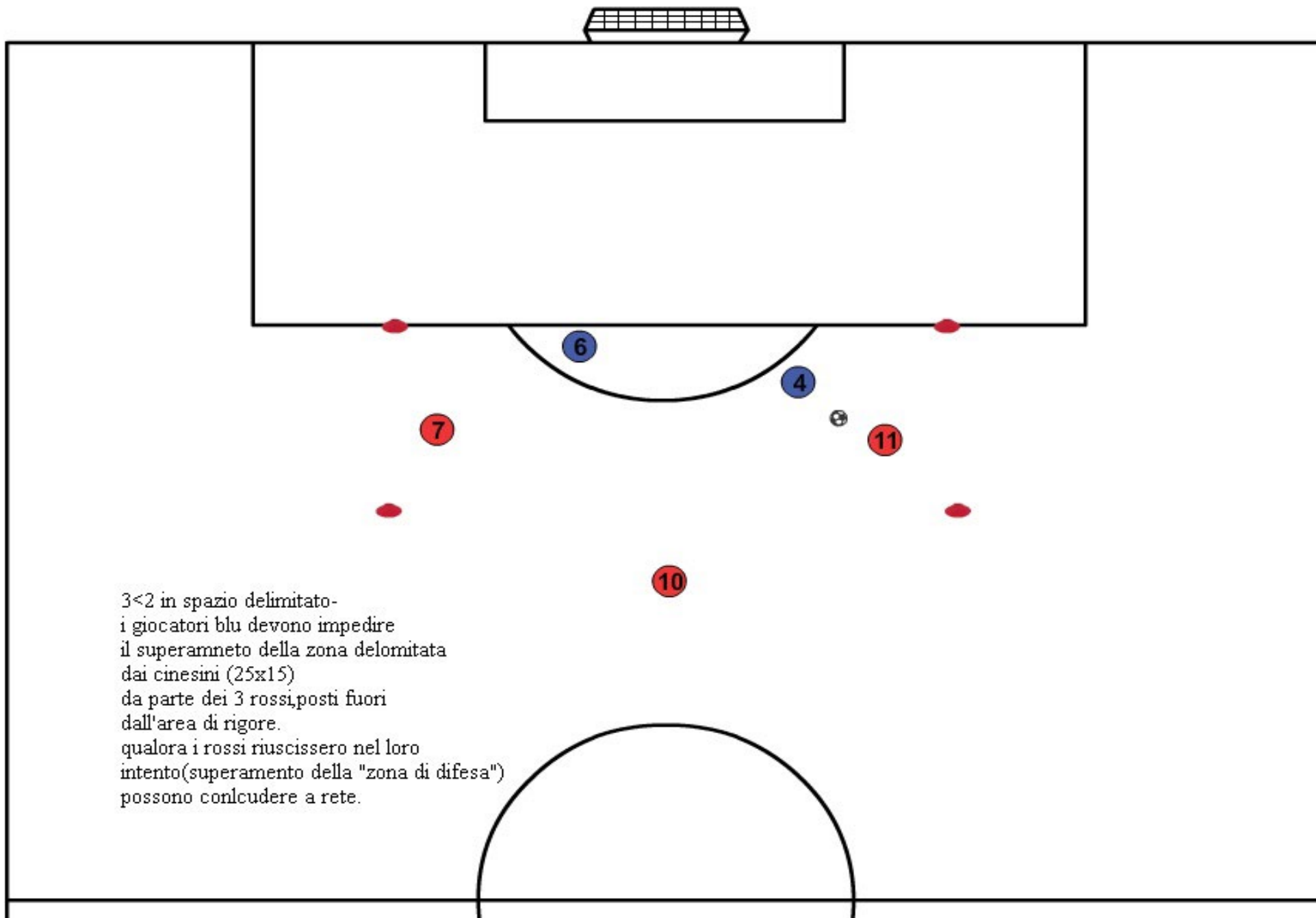
a cura di Fabio Landi

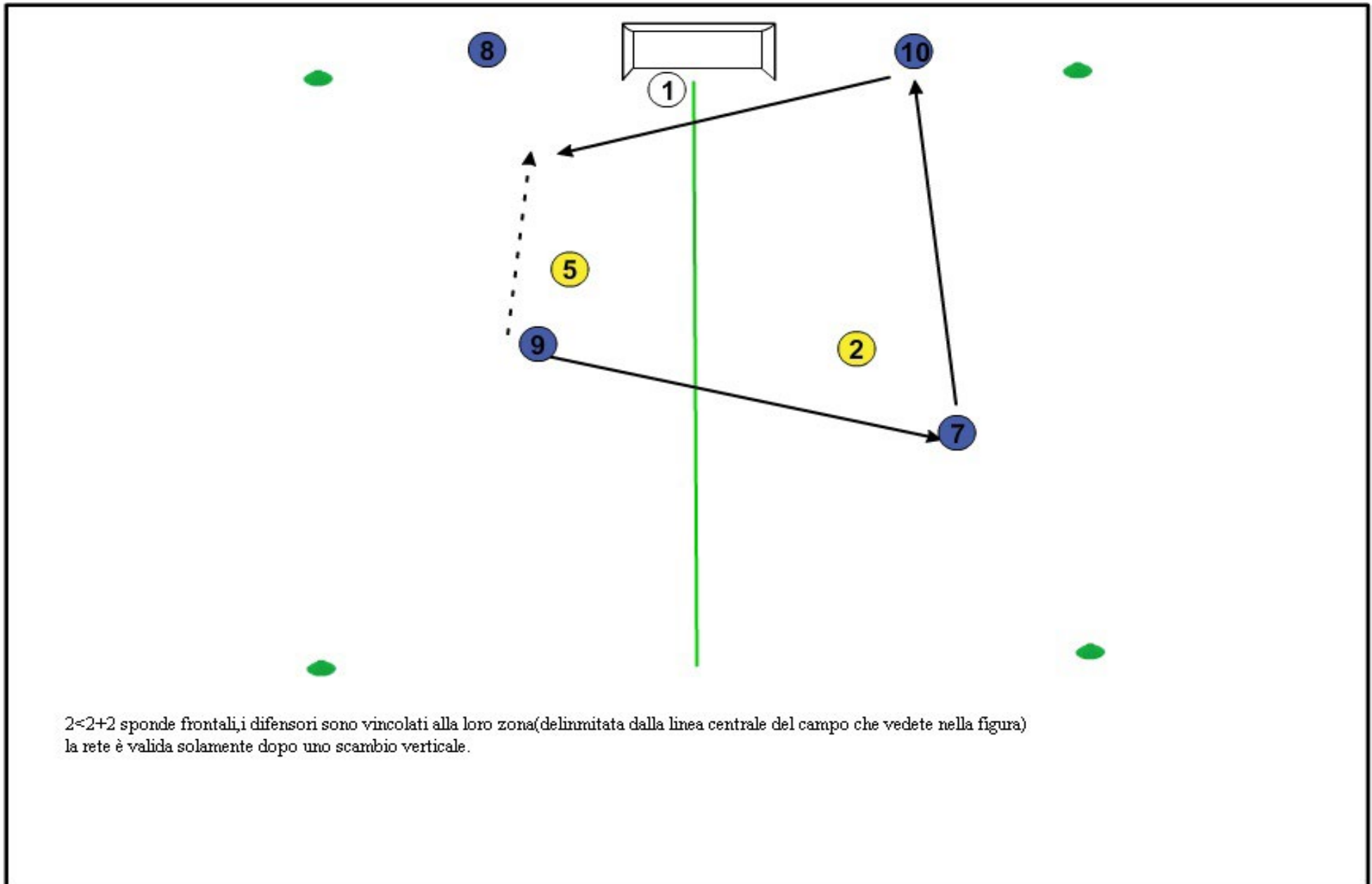


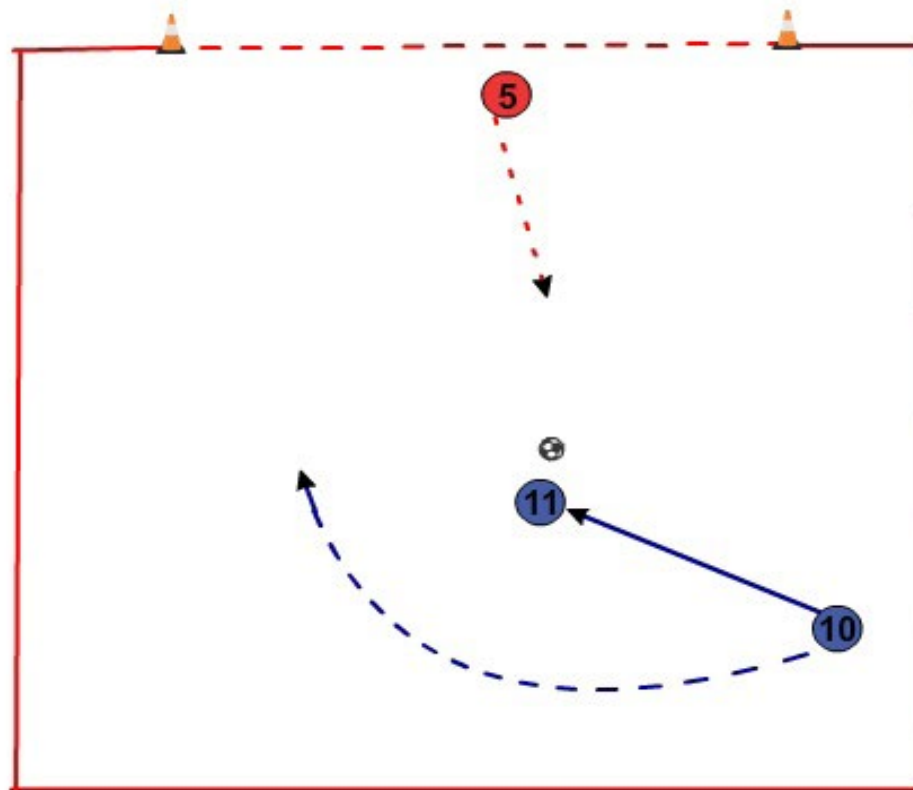




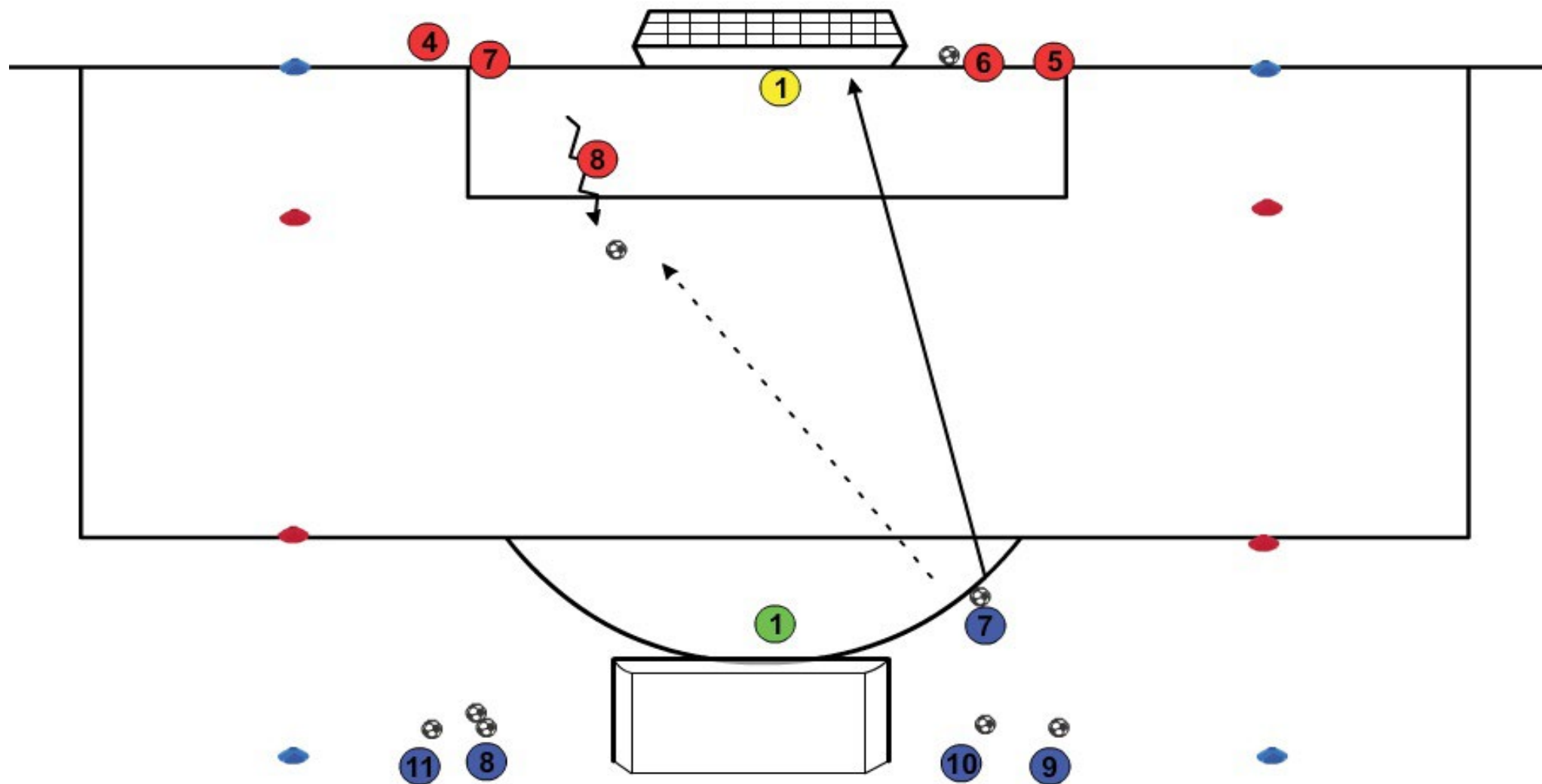








2<1+sovrapposizione.
il numero 10 effettua un passaggio ad 11 ed esegue una sovrapposizione.
l'obiettivo è superare la linea di meta, (largha 8 metri) difesa da un difendente che entrerà in gioco appena 10 trasmette ad 11.



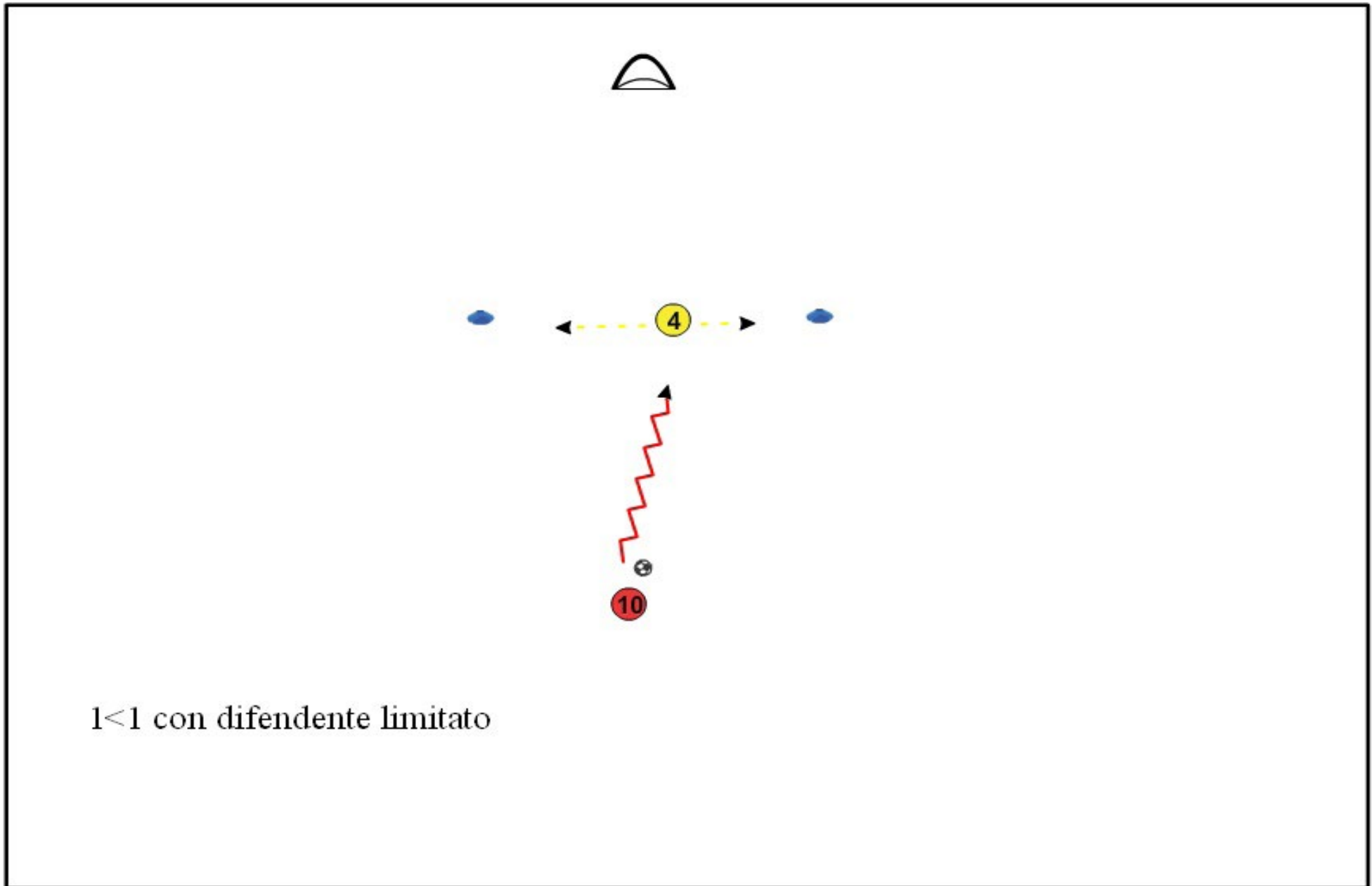
tiro in porta+1<1-

il numero 7 azzurro calcia in porta, subito il portiere che ha subito il tiro serve un compagno dei giocatori rossi

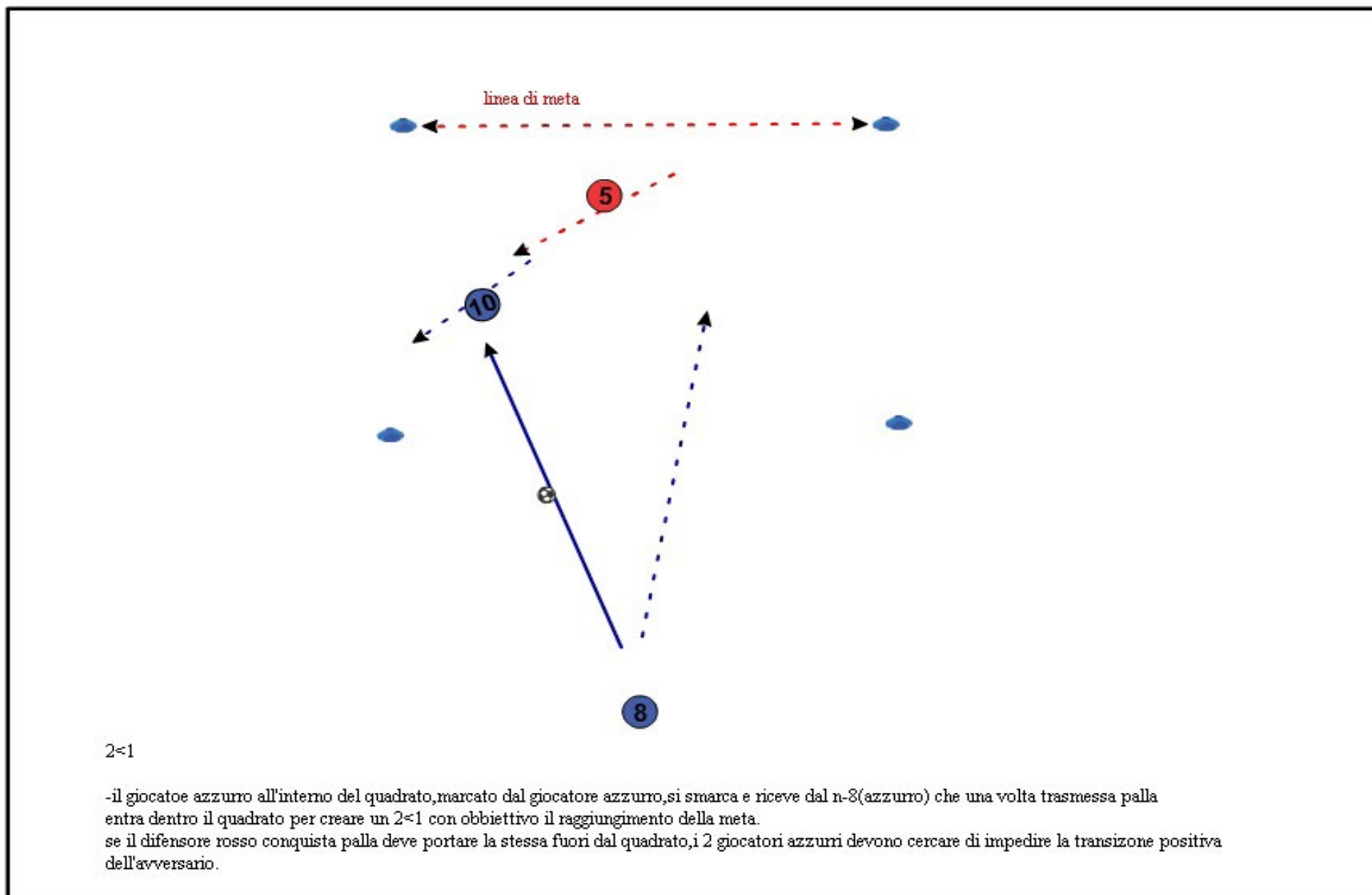
che va in 1<1 con l'azzurro che ha appena calciato-

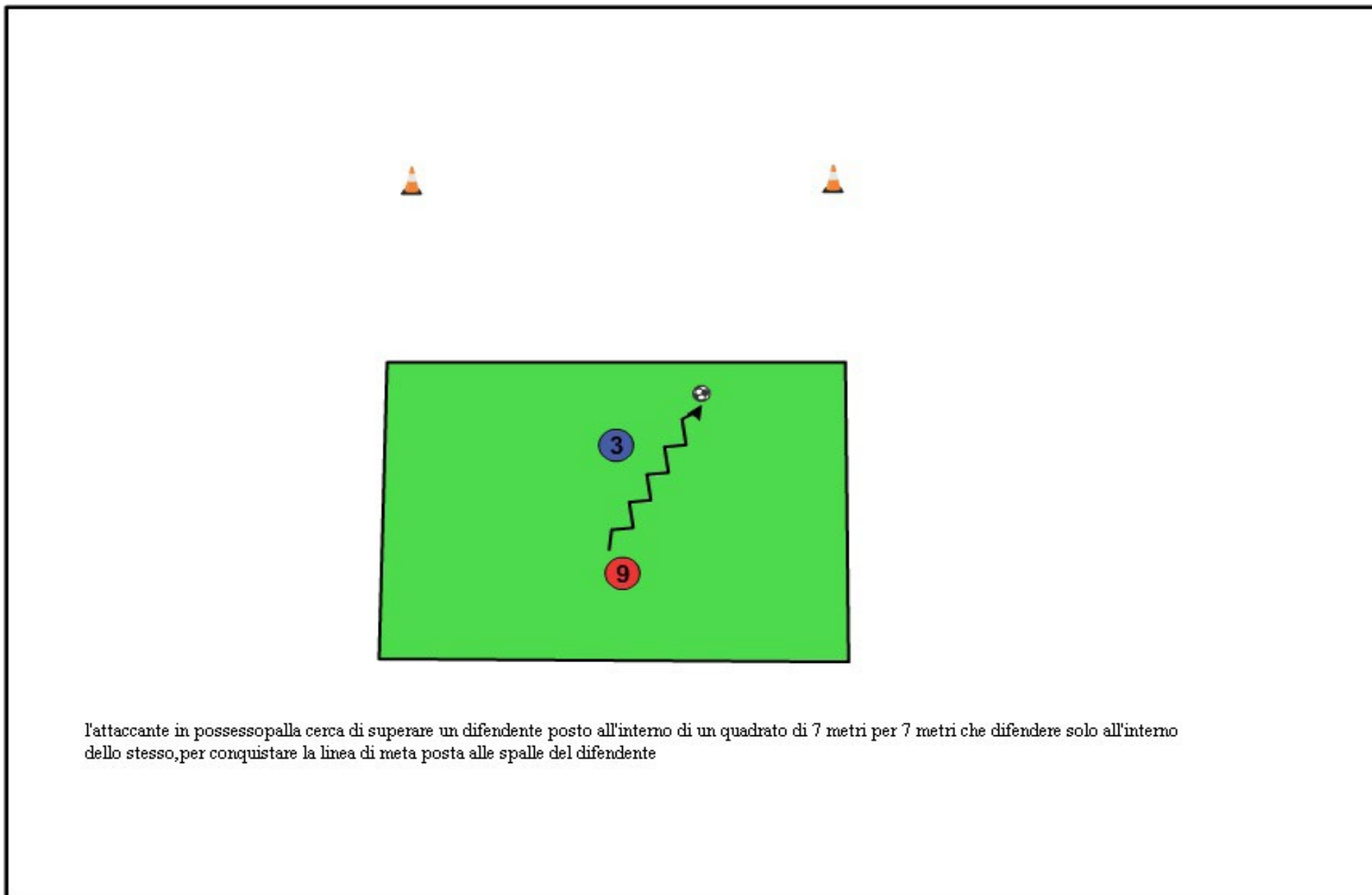
dopo un determinato tempo si cambia.

i rossi avranno altro gli azzurri attaccano sull'1<1

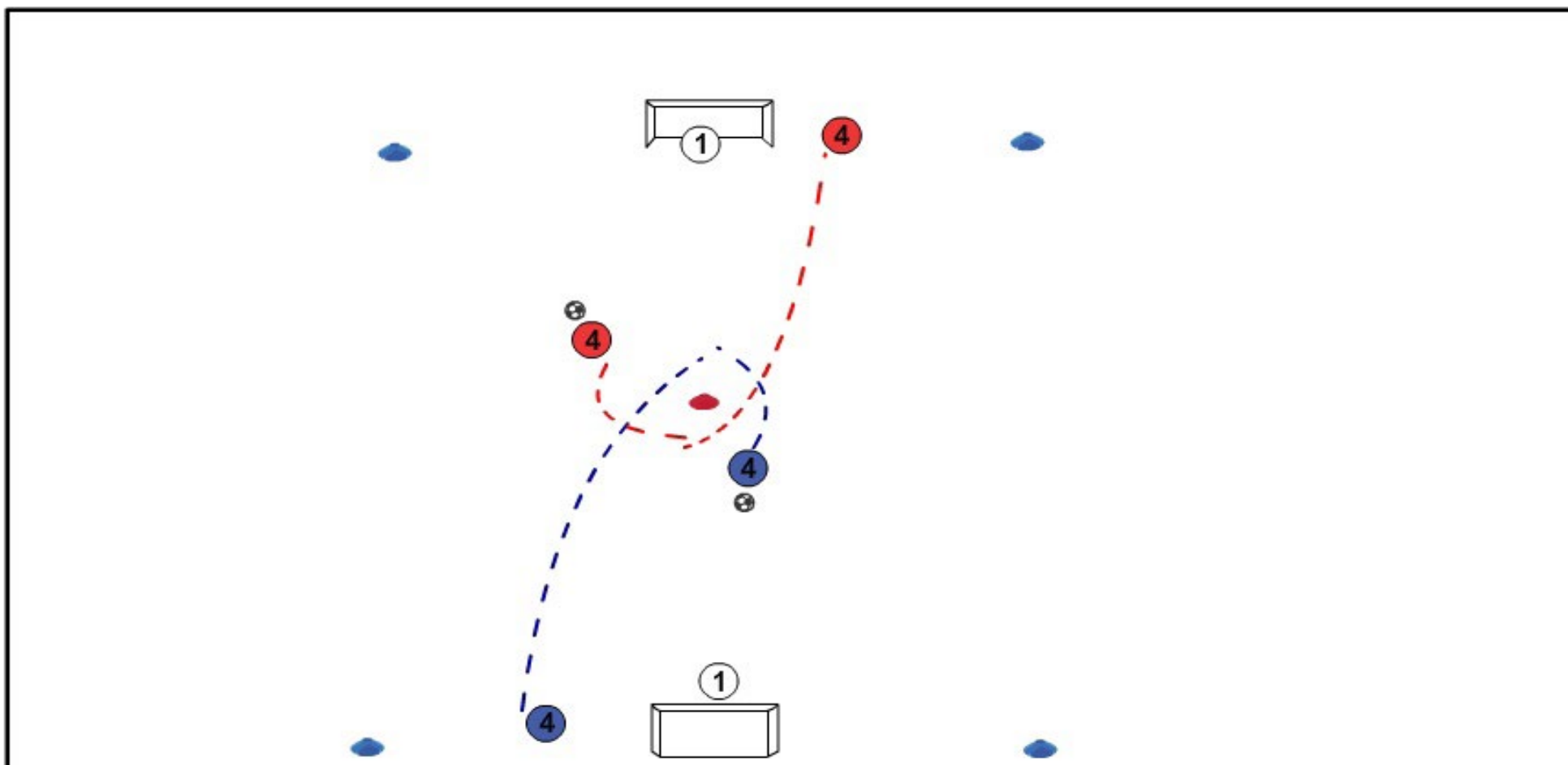


1<1 con difendente limitato





l'attaccante in possessopalla cerca di superare un difendente posto all'interno di un quadrato di 7 metri per 7 metri che difendere solo all'interno dello stesso,per conquistare la linea di meta posta alle spalle del difendente



Come da figura i giocatori blu e rosso partono contemporaneamente in guida eseguendo un cambio di direzione prima prestabilito, per poi tirare in porta, successivamente si inserisce un pallone all'interno dello spazio per dare vita ad un situazione di 1<1 per la protezione della palla, dopo una protezione della stessa di 3 secondi si può andare ad effettuare una conclusione in porta difesa da un portiere, si può effettuare il tiro in qualsiasi porta.
varianre- si possono inserire 4 porticine poste ai lati per andare dopo la protezione della palla a fare meta

