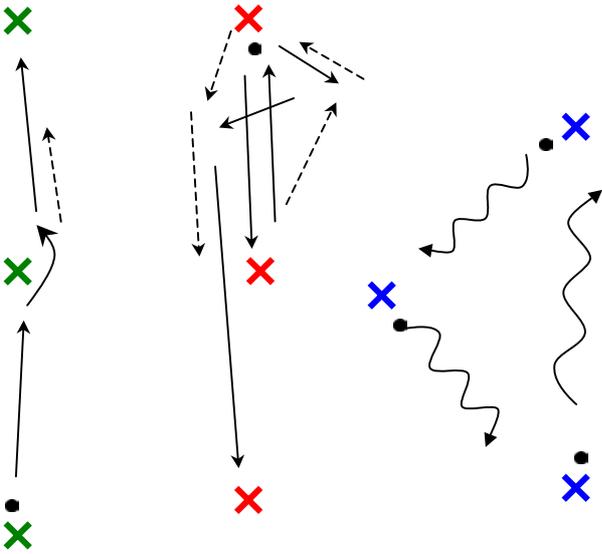
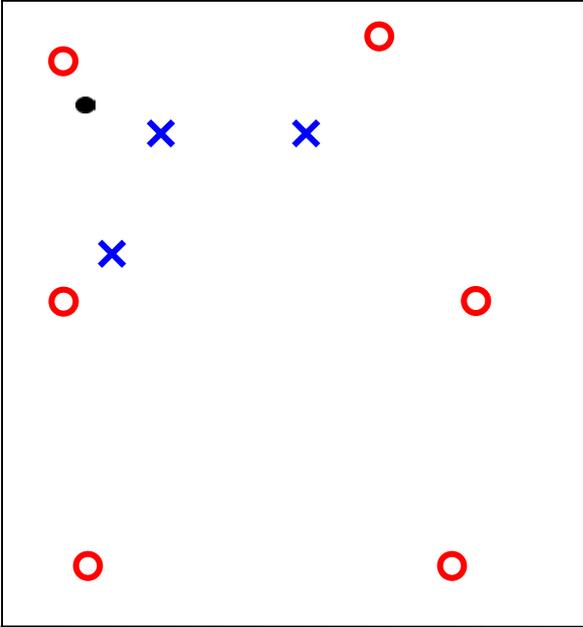


**Obiettivi: TE: passaggio e controllo orientato**  
**TA: possesso palla in superiorità numerica**

Allenamento pre-partita.

L'allenamento era stato annullato per le cattive condizioni del tempo, ma la presenza di 8 giocatori venuti dal Sopraceneri ci ha stimolato ad effettuare almeno un breve momento nel campetto. Il campo principale non poteva essere utilizzato.

Presenti 2 allenatori con 8 giocatori e 1 Po. Gli altri assenti giustificati.

	<p><b>MM 20'</b></p> <p>TE: condotta, passaggio controllo orientato</p> <p>Earcitazioni a 3.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. condotta palla in uno spazio triangolare, al segnale cambiare direzione, ....</li> <li>2. passaggio, controllo orientato di 180° e passaggio al terzo. Sempre 2 tocchi.</li> <li>3. doppio scambio, uno-due e passaggio al terzo</li> </ol> <p>Stretching</p>
	<p><b>Gioco 20'</b></p> <p>TE passaggi, contolli orientati</p> <p>Possesso palla 6&gt;3</p> <p>Ob.per i 6: conservare la palla, 2 tocchi.</p> <p>Ob.per i 3: recuperare im maggior numero di palloni in 2'.</p> <p>Variante: chi perde palla va in mezzo, chi la recupera esce.</p>

	<p><b>Gioco 20'</b></p> <p>4&gt;4</p> <p>Gli attaccanti devono segnare nella porta difesa dal portiere.</p> <p>I difensori devono superare la linea mediana</p>
	<p>Al sfida ai rigori. Breve corsa defaticante.</p>