

# NIVEL 1

## RETOS BALONCESTO

1	<u>Botar</u> 20 veces el balón con la mano <b>derecha</b> .
2	<u>Botar</u> 10 veces el balón con la mano <b>izquierda</b> .
3	Hacer un <u>zig-zag</u> (12 m) con 4 m entre cada cono usando <b>ambas manos</b> sin parar de botar.
4	Hago 10 <u>pases</u> a <b>dos manos</b> seguidos con un compañero sin que se caiga el balón (1,5 m).
5	<u>Puntería</u> con 3 aros en la portería a 1,5 m de distancia. Acertar 3 de 4 intentos.

