

[Stampa questa pagina](#)

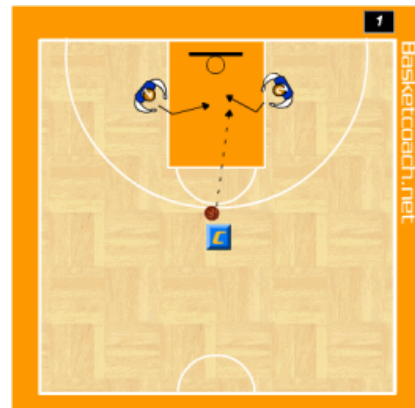
BASKETCOACH.NET

Il sito degli allenatori di pallacanestro

I giocatori 1 e 2 parono in posizione di post basso con la schiena rivolta al coach.

Quando il coach chiama il nome di uno dei due, entrambi i giocatori ruotano verso la palla, il giocatore che e' stato chiamato sara' l'attaccante .

L'obiettivo, per entrambi i giocatori e' la rapidita' nel voltarsi e poi a fare canestro o bloccare l'attaccante.

[Stampa questa pagina](#)