

[Stampa questa pagina](#)

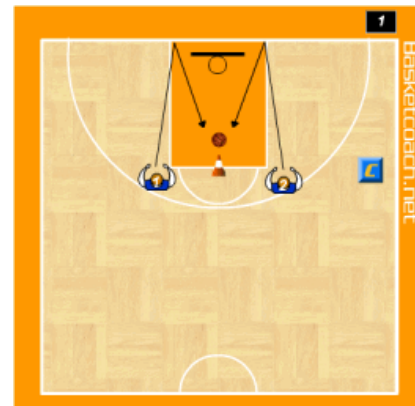
# BASKETCOACH.NET

Il sito degli allenatori di pallacanestro

Quando il coach grida "via" entrambi i giocatori devono sprintare in avanti, toccare la linea di fondo e tornare. Il primo giocatore a tornare prenderà la palla, posizionata sul birillo (o su una sedia), e giocherà in attacco mentre l'altro giocatore dovrà difendere.

Il giocatore in attacco dovrà usare un movimento da post.

Variante: variamo la posizione del birillo (sedia) e della palla.

[Stampa questa pagina](#)