

PALLAVOLO -> ALLENAMENTO 3

CATEGORIA -> 12-17 ANNI

1

CON LO SCOTCH DISEGNA
SUL MURO UN QUADRATO
A 2,5 METRI DA TERRA E
UN ALTRO A 5 METRI

POSIZIONATI A 8/9 METRI
DAL MURO

2

3

EFFETTUA LA BATTUTA
DALL'ALTO CENTRANDO GLI
OBIETTIVI, SE SE CAPACE ESEGUI
IL GIOCO CON LA BATTUTA IN
SALTO