

PALLAVOLO -> ALLENAMENTO 5

CATEGORIA -> 6-9 ANNI

1

ATTACCA AL MURO UN
FOGLIO A 2 METRI DA
TERRA PER FARE IL
BERSAGLIO

2

POSIZIONATI A 4 METRI DAL
MURO CON LA PALLA IN MANO

3

LANCIA IN ALTO LA PALLA E CON
LA MANO FORTE COLPISCILA E
CENTRA IL BERSAGLIO

OBIETTIVO

**CENTRARE IL
BERSAGLIO CON LA
SCHIACCIATA**