

Título: Rondo Amplitud vs Profundidad defensiva (2x2+2)

OBJETIVOS

TÉCNICOS: Ofensivos: Pase
Defensivos: Intercepción

TÁCTICOS: Ofensivos: Amplitud, Conservación del balón
Defensivos: Profundidad Defensiva

FÍSICOS: Fuerza

DESCRIPCIÓN

Duración

Series: 3x3'

Descansos: 2x30"

TOTAL: 10'

Jugadores

6

Material

Setas, Petos (2 colores) y Balones

Se enfrentan dos equipos de 2 jugadores más 2 comodines (situados por fuera del espacio delimitado) con el objetivo de conservar la posesión. Cada vez que un equipo pierde/recupera la posesión intercambia su rol con el otro equipo (excepto los comodines, que permanecerán por fuera durante toda la serie).
La finalidad del ejercicio es conseguir progresión desde un comodín hacia el otro. Por lo tanto, es necesario que los jugadores atacantes den amplitud, mientras que los defensores deberán defender con profundidad.
En cada serie intercambia el equipo comodín.

