

Título: Partido con Pressing o Repliegue por zonas

OBJETIVOS

TÉCNICOS:

TÁCTICOS: Transición Defensiva: Pressing (zona de finalización), Repliegue (zonas de creación e iniciación)

FÍSICOS: Resistencia, Velocidad

DESCRIPCIÓN

Duración

Series: 1x20'

Descansos: 0

TOTAL: 20'

Jugadores

16 - 22

Material

Setas, Petos (2 colores) y Balones

Se delimitan dos zonas de finalización, una para cada equipo. Cada vez que un equipo pierda el balón en su zona de finalización, deberá presionar para recuperar el balón. Ante cualquier pérdida que se produzca en otra zona (creación o iniciación) el equipo deberá repliegarse para proteger su portería.

VARIANTES:

- Limitar el número de toques en zona de finalización para provocar más pérdidas y que se realice más veces la presión.
- Limitar el número de toques en zonas de creación e iniciación para provocar más pérdidas y que se realice más veces el repliegue.

