

NAZIONALE U12

GLI ESTERNI



DUE PREMESSE

- alle selezioni
NESSUNO è esterno
- in Nazionale **TUTTI**
devono saper fare
l'esterno

QUALI FONDAMENTALI

- ▶ CORRERE DIETRO
- ▶ COMUNICAZIONE
- ▶ CROW HOP
- ▶ DO OR DIE
- ▶ STARE DIETRO LA PALLA AL VOLO
- ▶ GIRARE ATTORNO ALLA PALLA A TERRA





CORRERE DIETRO

-
- ▶ QUARTERBACK DRILL
 - ▶ CAMBIO DIREZIONE (2 modi)
 - ▶ DROP STEP (0 JAB STEP)



COMUNICAZIONE

華南金控

HUA NAN FINANCIAL HOLDINGS



CROW HOP



DO OR DIE

▶ FLYBALL STELLA

▶ STARE DIETRO LA PALLA AL VOLO

▶ GIRARE ATTORNO ALLA PALLA A TERRA



