

NAZIONALE U12

---

**RICEVITORI**

**IN NAZIONALE NON  
SIAMO ALLENATORI,  
SIAMO SELEZIONATORI**



## COSA?



- ▶ RICEVERE
- ▶ TIRARE
- ▶ BLOCCARE

Poi

- ▶ LEADER
- ▶ CONOSCENZA DEL GIOCO
- ▶ FONDAMENTALI DIFENSIVI SPECIFICI (bunt, popfly, force, tag)





# RICEVERE

---

▶  $v > 60\text{mph}$

▶ ~~SPOSTARE LA PALLA~~



# TIRARE

---

▶ POP <2,20

- Lavoro dei piedi (T, box)
- Trasferimento (braccio lungo)
- $\vec{F}$  braccio



# BLOCCARE

---

- ▶ LATERALI
- ▶ MISTI
- ▶ BLOCCO e RECUPERO



# STANCE

---







