

DESCRIPCIÓN

Tarea donde realizamos un rondo con una relación de jugadores de 5 atacantes frente a 2 defensores. En este caso es una tarea básica y que nos puede servir para darle muchas variantes (limitación de toques, puntuación por pases interiores, etc.). Consiste en mantener el balón el mayor tiempo posible siendo el balón circulado de forma constante. Un ejercicio que se puede realizar en cualquier parte de una sesión de entrenamiento tanto como activación con balón como para realizar un trabajo más concreto en la parte principal.

MATERIALES

Delimitadores
5/2 Petos
Balones

OBJETIVOS PRINCIPALES

- Mantener la posesión del balón.
- Coordinación en labores defensivas
- Circulación de balón en situaciones de presión

ESPACIO

7 x 7 metros

NIVEL / DIFICULTAD

