

DESCRIPCIÓN

En este ejercicio tenemos una rueda de pases donde alternaremos con activación vegetativa. El proceso del ejercicio es el de conducción hasta la pica y realizar un pase hacia nuestra derecha continuando con acciones motrices hasta la siguiente fila.

MATERIALES

4 Picas
Balones

OBJETIVOS PRINCIPALES

- Activación vegetativa
- Optimización técnica

ESPACIO

20 x 20 metros

NIVEL / DIFICULTAD