

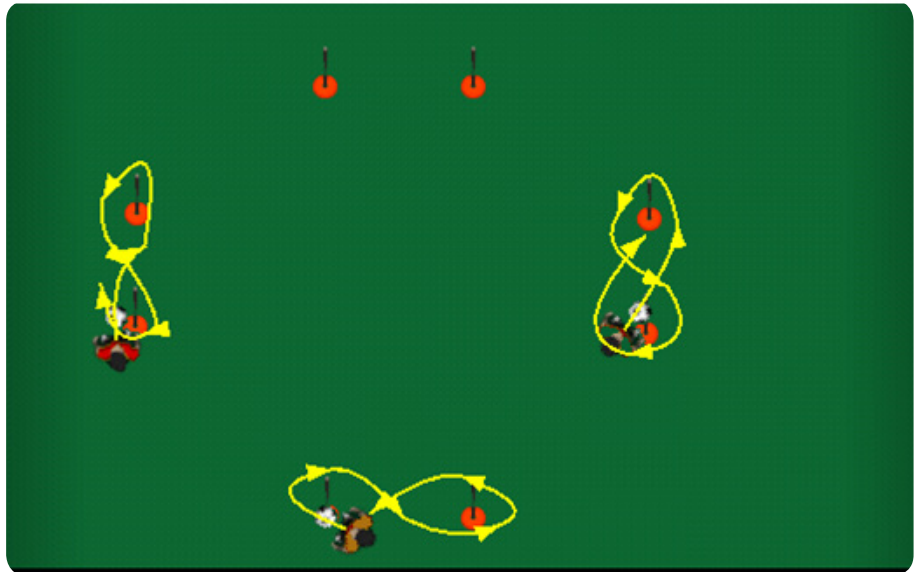
Slalom-kuljetus

Teema




Kuljettaminen,
käännökset.

Välineet

Palloja, kartiot ratojen merkitsemistä varten.



Symbolit

-  = syöttö/laukaus
-  = kuljettaminen
-  = liikkuminen ilman palloa

Organisointi ja harjoitteen kuvaus

Sama rata kuin sik-sak pujottelussa: keskiympyrään neljä 7,5 m leveää karttiomaalia. Kaksi pallollista pelaajaa pujottelee kahdeksikko -kuviota kahden kartin välissä. Kuka tekee ensiksi kahdeksan kahdeksikkoo?

Huomioitavaa

Erilaiset käännöstavat, painopisteen alhaisuus käännöksissä.

Avainasiat

Kartioiden välin huomioon ottaminen kosketusten määrässä: jos väli on pidempi, pelaaja voi antaa hiukan pidemmän ”syötön itselleen eteen”.

Vaikeuttaminen

Käännökset vain heikommalla jalalla, valmentaja määrää käännöstavan.

