

**KATEGORIE**

**POKROČILEJŠÍ**

**NÁZEV**

**STŘELBA - PŘETAHOVÁNÍ O MÍČ**

**DÉLKA**

**4 min**

**PROSTOR**

**4m PŘED KOŠEM**

**POČET SPORTOVCŮ**

**3**

**Popis cvičení: Cvičení je určeno pro pokročilejší od kategorie U13 až po dospělé svěřence. Jeden hráč pod košem plní funkci doskoku. Ostatní dva hráči stojí asi 4m před košem vedle sebe a přetahují se o míč, přitom je dopředu dané, kdo bude střílet. Takže záleží jen na nestřílejícím hráči, kdy míč pustí a nechá spoluhráče vystřelit (viz. video). Hráči se střídají po určitém počtu opakování. Trenér dbá na správné provedení střelby.**