

KATEGORIE

ZAČÁTEČNÍK

NÁZEV

STŘELBA Z KRATŠÍ A DELŠÍ VZDÁLENOSTI

DÉLKA

4 min

PROSTOR

5 - 7m PŘED KOŠEM

POČET SPORTOVců

2

Popis cvičení: Střelecké cvičení určeno pro kategorii úplných začátečnicků, ale i pro zkušené hráče. Jeden hráč pod košem plní funkci asistenta a doskakujícího hráče. Druhý hráč střídavě střílí na kloboučky vyznačených bodech asi 1m a 5m před košem. Po jedné minutě nebo jiným časem určeným trenérem se hráči vystřídají. Trenér dbá na správné provedení střelby.