

KATEGORIE

POKROČILEJŠÍ

NÁZEV

STŘELECKÁ SOUTĚŽ DVOJIC - HONĚNÁ

DÉLKA

NEOMEZENÉ

PROSTOR

4 - 5 m OKOLO KOŠE

POČET SPORTOVců

4 U KOŠE

Popis cvičení: Hráči mají vytvořené dvojice ve kterých spolupracují. Dva hráči střílí a jejich spoluhráči jim doskakují. Začínají střílet každý z jedné strany koše a po vstřelení koše mění pozici z další strany koše (z boku koše -> ze zadu koše -> z boku koše -> ze předu koše). Úkolem je chytit svého protihráče způsobem, že dojde na stejné stanoviště na kterém je on a vstřelím koš dřív. Poté se prohodí role mezi doskokem a střelcem. Po skončení je dobré promíchávat dvojice u košů např. systémem turnaje.