



**Domenica 13 Gennaio 2008**

**h 14.00 – 17.15**

**“Palazzetto dello Sport”, Via Legnano 3, Castellanza (VA)**

**“A LEZIONE CON COACH DAN PETERSON”**

Coach Peterson terrà una lezione dimostrativa sul campo con i giocatori che parteciperanno come dimostratori.

**Ore 14.00 – 15.30**

**MINIBASKET – ESORDIENTI – UNDER 13 – UNDER 14**

**(2000 – 1994)**

***“Incontriamo i fondamentali”***

20'	<b>Introduzione: “Un gioco emozionante”</b>		
15'	<b>Palleggio</b>	teoria	pratica
15'	<b>Passaggio</b>	teoria	pratica
15'	<b>Tiro</b>	teoria	pratica
15'	<b>Posizione fondamentale di difesa</b>	teoria	pratica
10'	<b>Domande</b>		

**Ore 15.30 – 15.45**

Cambio atleti



Ore 15.45 – 17.15

**UNDER 15 – UNDER 17 – UNDER 19 – UNDER 21 – SENIOR**

**(1993 in poi)**

***“Movimenti di attacco e difesa individuale”***

- 5’ **Introduzione**
- 20’ **Il gioco senza palla. Il blocco: la preparazione e la tecnica.**
- 15’ **Uno contro uno con la palla: la partenza e i movimenti in palleggio.**
- 15’ **Il tiro libero: la preparazione e la tecnica.**
- 20’ **La difesa sul gioco a due: la difesa sul bloccante, la difesa sul pick and roll, la tecnica di “stare” e la tecnica del “cambio”.**
- 15’ **Il taglia fuori difensivo: la tecnica del rimbalzo, la protezione della palla e il passaggio di uscita.**

Quota di € 15,00 a partecipante, ingresso gratuito per l’accompagnatore.

Per informazioni:

[www.danpetersonschool.com](http://www.danpetersonschool.com)

02 - 623160438

Per informazioni e pagamento:

[www.amicidelcampetto.it](http://www.amicidelcampetto.it)

David

347 – 9648934