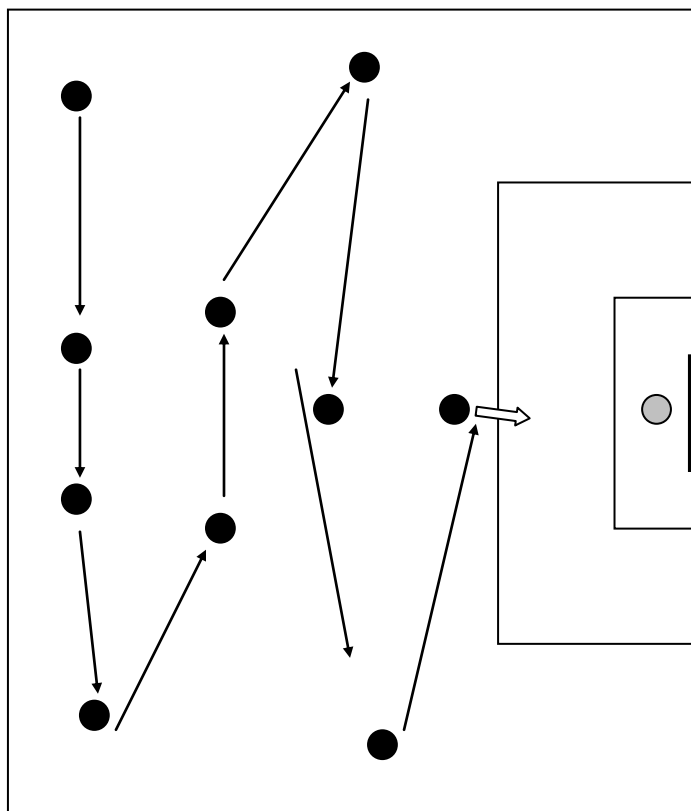


Técnica colectiva aplicada al sistema:

Según la disposición del sistema 1-4-2-3-1 realizamos conducciones pasando por todas las posiciones del sistema.

Luego lo realizamos mediante pases entre jugadores.



Material: Chinos y balones.

Jugadores: Todos.

Variantes:

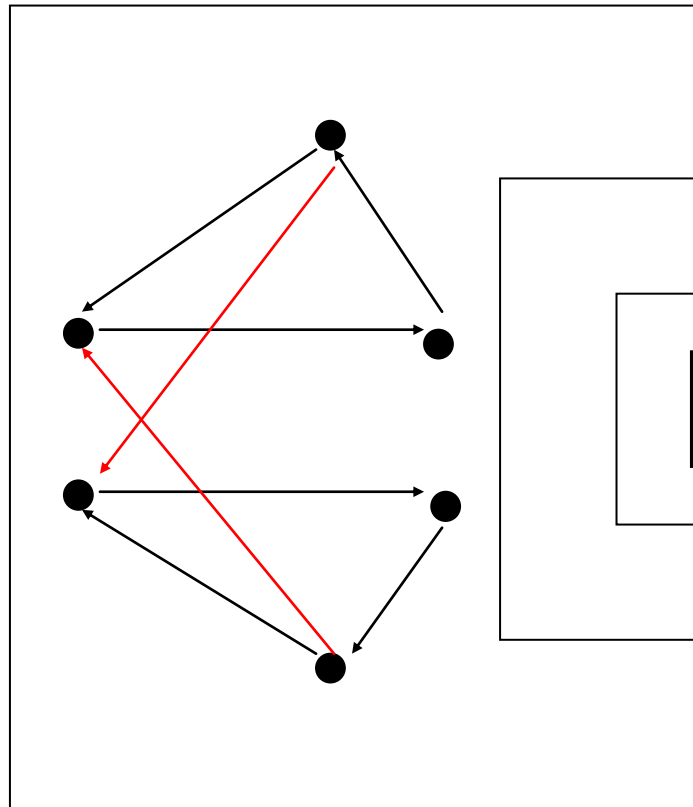
- Adaptar las posiciones al sistema de juego del equipo.
- Podemos utilizarlo como ejercicio de resistencia aeróbica a principio de temporada, para trabajar físicamente e introducir al equipo en el sistema que vamos a utilizar, dándole continuidad a los desplazamientos de los jugadores.

Técnica colectiva: conducción, control y pase.

Realizar desplazamientos en forma de triángulo hacia donde esta el compañero y hacerle el relevo.

Luego ejecutarlo mediante pases y controles.

Introducimos diagonales al final del ejercicio.



Material: Chinos y balones.

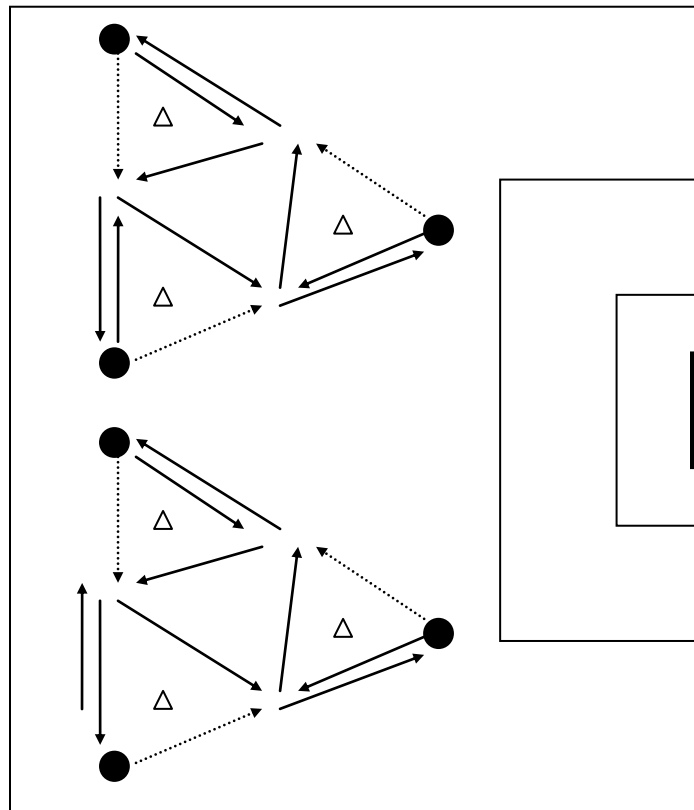
Jugadores: Todos.

Variantes:

- Primero realizamos la secuencia de movimientos en cada triángulo.
- Luego enlazamos los triángulos mediante diagonales.

Técnica colectiva:

Realizar paredes en disposición de triángulo, llevando a cabo siempre pase al compañero, recibo de cara y pared.



Material: Chinos, balones y conos.

Jugadores: Todos.

Variantes:

- Cambiar el sentido de ejecución.
- Enlazar los dos grupos de trabajo para trabajar en varios perfiles de forma consecutiva.