



TRACCE PER GLI AGGIORNAMENTI SU TEMATICA GIOVANILE DEGLI ALLIEVI ALLENATORI

Tracce precedenti

1. *L'ESERCIZIO DI SINTESI*
2. *PERCORSO DIDATTICO DELLE TECNICHE DI RICEZIONE*
3. *DINAMICHE D'ATTACCO: MOVIMENTI DI TRANSIZIONE DALLA RICEZIONE ALL'ATTACCO, DALLA DIFESA ALL'ATTACCO E DAL MURO ALL'ATTACCO*
4. *SVILUPPO DELLE TECNICHE E TATTICHE DEL SERVIZIO*
5. *FASE RICEZIONE-PUNTO: ORGANIZZAZIONE, PROGRAMMAZIONE, ESERCIZI*
6. *PROGRAMMAZIONE E ORGANIZZAZIONE DELLA SEDUTA DI ALLENAMENTO*

VALIDE PER LE STAGIONI 2021-2022

1. **ALLENAMENTO DEL RICETTORE ATTACCANTE:** *esercitazioni e progressioni di lavoro in palestra.*
2. **ALLENAMENTO DEL PALLEGGIATORE:** *esercitazioni e progressioni di lavoro in palestra.*