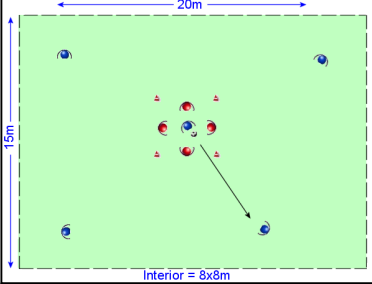


TAREA RND002

Duración	Descripción	Categoría
<p>15 '</p>	<p>Rondo 4x1 y 5x4. Mejorar la Toma de decisiones.</p>	<p>N2</p>
<div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="flex: 1;">  </div> <div style="flex: 2; padding-left: 10px;"> <p>Objetivo Creación de líneas de Pase. Mantener la posesión. Ayudas permanentes. Presión.</p> <p>Material Conos, Petos y Balones.</p> </div> </div>		
<p>Realización</p> <p>Se empieza jugando en el Rondo interior (8x8m) un 4x1. Cuando el jugador que defiende recupera el balón debe pasarlo a cualquiera de sus compañeros de fuera, pasando a disputarse una posesión de 5x4. Cuando el equipo poseedor pierde el balón se reanuda desde la zona interior, pasando al medio el jugador que perdió el balón, los 4 que estaban fuera dentro y los de dentro fuera.</p> <p>Realizar 2 series de 7 minutos con 1 minuto de descanso entre series.</p> <p>Variaciones y Observaciones</p> <p>Insistir en la movilidad continua y la orientación corporal.</p>		