

Ficha de adestramento

Nome do equipo:	Data:	Adestramento nº:
Obxectivos	Reflexións, conclusións...	
COMO EQUIPO (animarnos, apoiarnos, non discutir, non pelexar pola bola, traer a vestimenta, bandeirolas ...) NO ATAQUE (intentar roubar a bola rápido para poder atacar, controlar a forza dos pases, conducir a bola ben para poder regatear, facer bos pases, desmarcarse...) NA DEFENSA (defensa individual, mirar sempre a bola, recuperar a bola...)	CONSEGUIMOS... NECESITAMOS...	
Xogos ou actividades para adestrar	Para o próximo día...	

