



Płyta DVD – „System gry 1 – 4 – 4 – 2”

Wydawca: Pekasport.pl – Patryk Kniat

Cena; 99,90 zł.

Prezentacja w formie slajdów omawiająca najpopularniejszy system gry w ustawieniu 1-4-4-2. W oparciu o najnowszą literaturę fachową na ponad 100 slajdach zostały przedstawione różne sytuacje boiskowe i ich rozwiązania wykorzystujące ustawienie 1-4-4-2.

SPIS ZAGADNIEŃ PREZENTACJI

I OGÓLNE WIADOMOŚCI O GRZE W STREFIE

- ustawienie zawodników, numeracja, charakterystyka pozycji
- odległości stref
- przesuwanie formacji w linii
- mocna i słaba strona

II ĆWICZENIA DLA OBROŃCÓW I POMOCNIKÓW DOSKONALĄCE USTAWIENIE I PORUSZANIE SIĘ

III PRESSING - INFORMACJE TEORETYCZNE

Pressing w fazie obrony, pressing w fazie ataku

IV DZIAŁANIA W OBRONIE 4-OSOBOWEJ

Neutralizacja poszczególnych działań przeciwnika

V GRA NA SPALONEGO - INFORMACJE TEORETYCZNE

VI PRZEWAGA I RÓWNOWAGA ZAWODNIKÓW BRONIĄCYCH LUB ATAKUJĄCYCH W POSZCZEGÓLNYCH SYTUACJACH NA BOISKU

VII PODWOJENIE W POSZCZEGÓLNYCH SYTUACJACH W FAZIE OBRONY

Podwojenie w pionie, podwojenie w poziomie

VIII USTAWIENIE "TOPOWYCH" ZESPOŁÓW ŚWATA W SYSTEMIE 1-4-4-2

Zamówienia przyjmowane są mailowo /patryk@pekasport.pl/ lub poprzez sklep internetowy na stronie www.pekasport.pl Płyta wysyłana jest paczką za pośrednictwem Poczty Polskiej za pobraniem.

ZAPRASZAMY DO ZAKUPÓW !!!