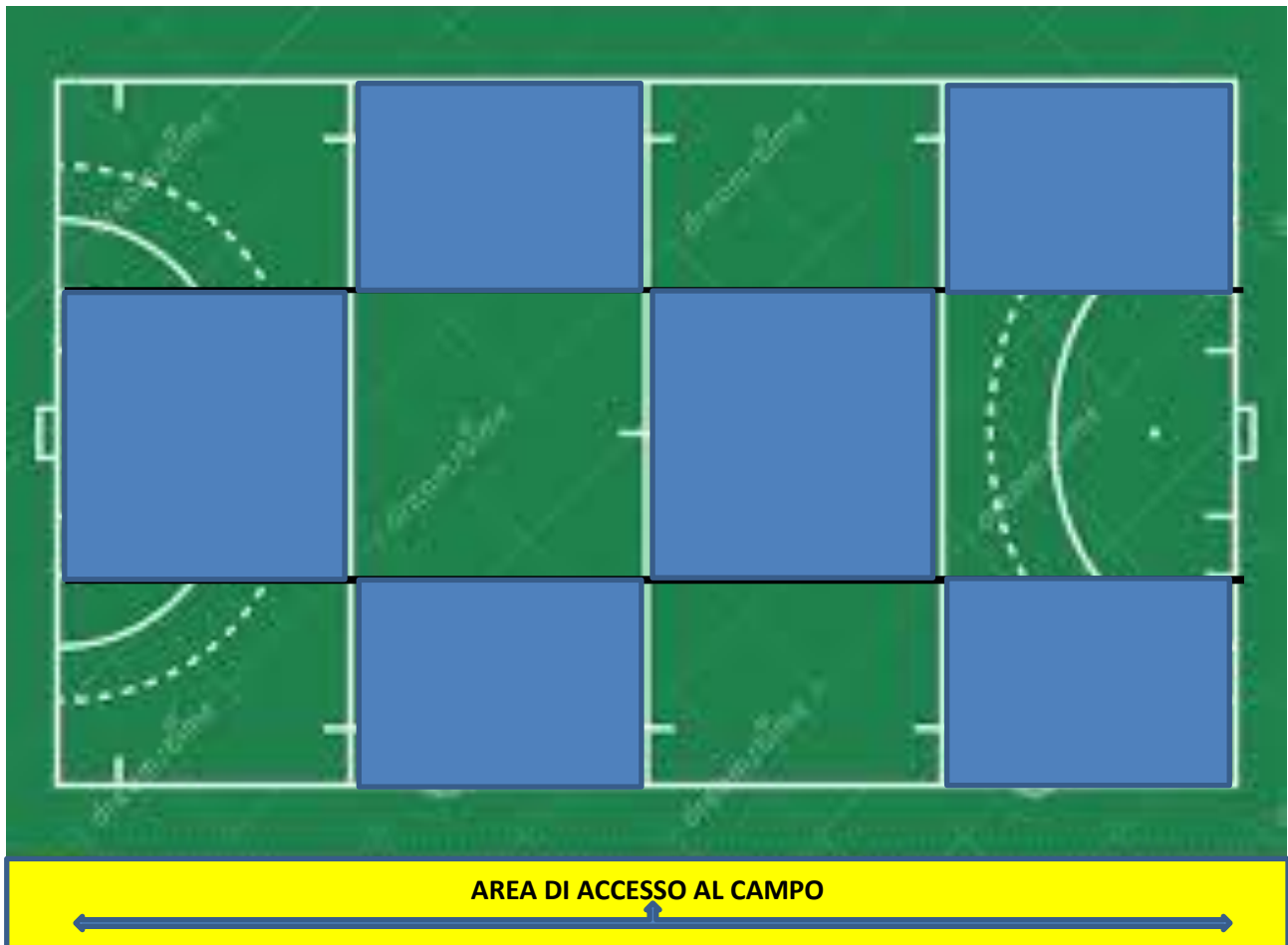


ESEMPLIFICAZIONI

ORGANIZZAZIONE SPAZI DEL CAMPO DI ALLENAMENTO
A 12 SCACCHI



LEGENDA:

DIMENSIONI DI OGNI AREA = CIRCA METRI 18 X 23

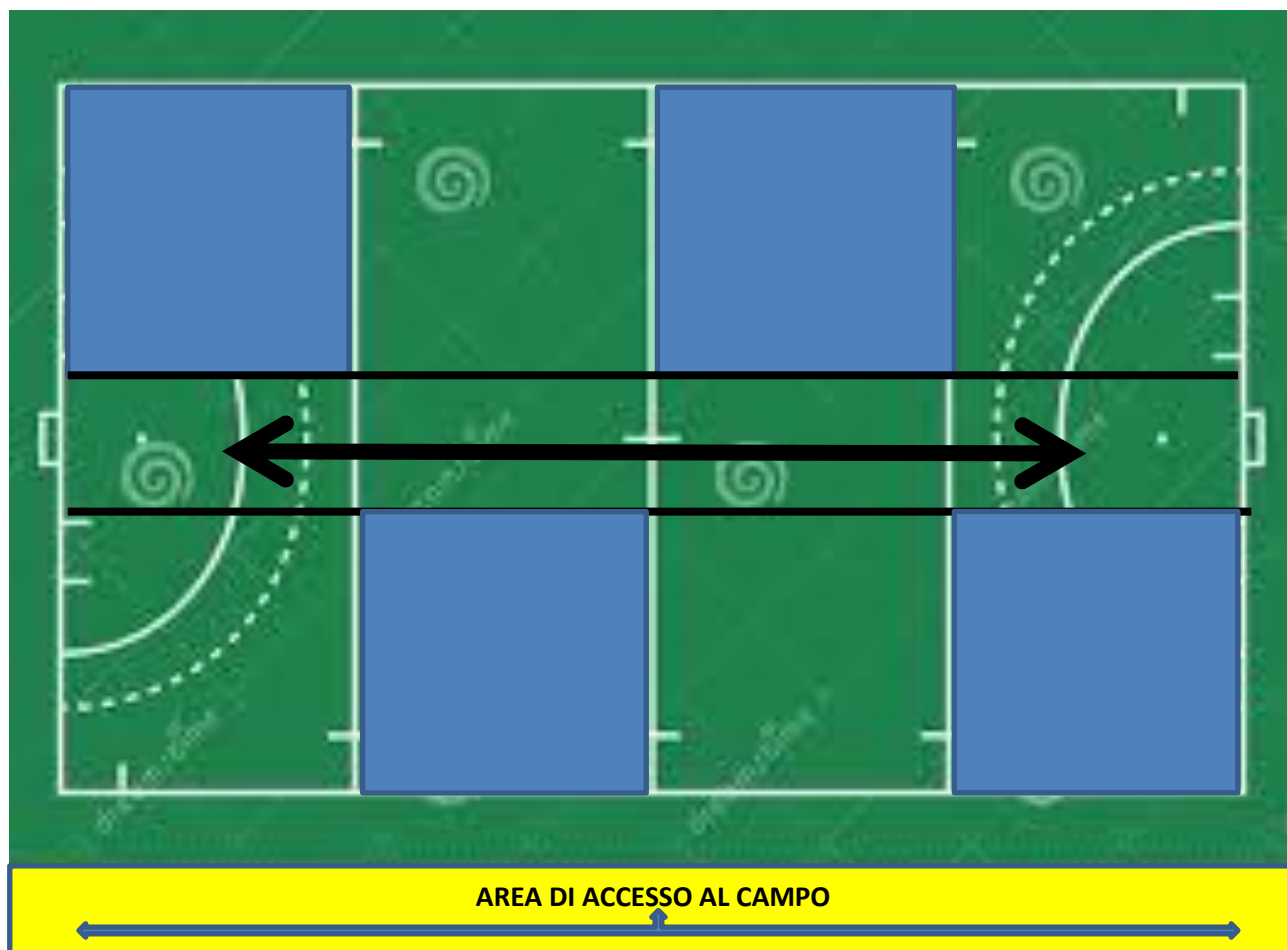
METRI QUADRI DI OGNI AREA = CIRCA METRI QUADRATI 400

DISTANZA TRA I GIOCATORI IN ALLENAMENTO INDIVIDUALE = CIRCA METRI 14

TIPOLOGIA DELLA PRATICA = ESERCIZI DI ABILITA' CON SPOSTAMENTI SUL POSTO

ORGANIZZAZIONE SPAZI DEL CAMPO DI ALLENAMENTO

A 8 SCACCHI



LEGENDA:

DIMENSIONI DI OGNI AREA = CIRCA METRI 18 X 23

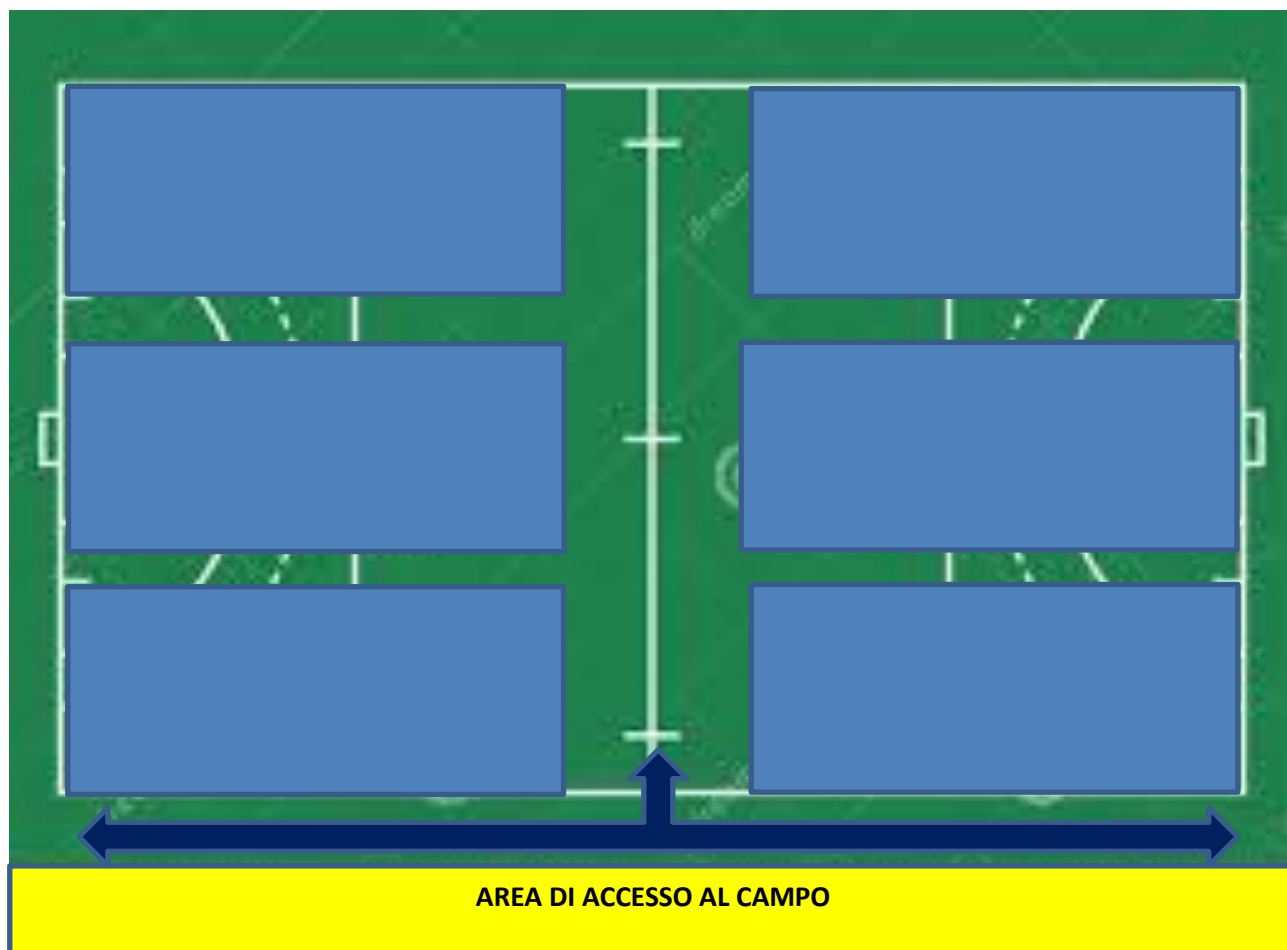
METRI QUADRI DI OGNI AREA = CIRCA METRI QUADRATI 400

DISTANZA TRA I GIOCATORI IN ALLENAMENTO INDIVIDUALE = CIRCA METRI 14

TIPOLOGIA DELLA PRATICA = ESERCIZI DI ABILITA' CON SPOSTAMENTI CORTI

ORGANIZZAZIONE SPAZI DEL CAMPO DI ALLENAMENTO

A 6 TAPPETI



LEGENDA:

DIMENSIONI DI OGNI AREA = CIRCA METRI 15 X 40

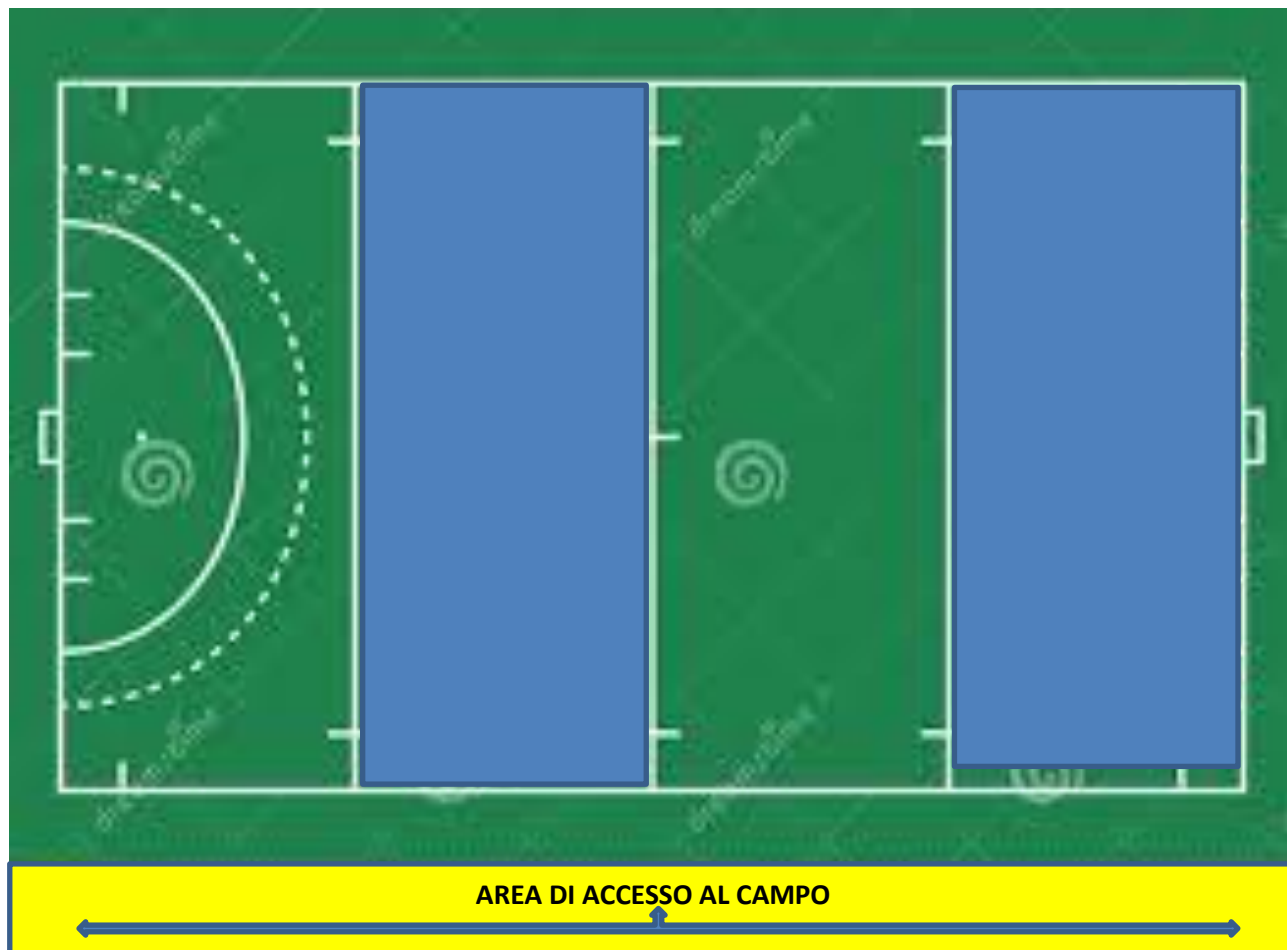
METRI QUADRI DI OGNI AREA = CIRCA METRI QUADRATI 600

DISTANZA TRA I GIOCATORI IN ALLENAMENTO INDIVIDUALE = CIRCA METRI 20

TIPOLOGIA DELLA PRATICA = ESERCIZI DI ABILITA' CON SPOSTAMENTI BREVI

ORGANIZZAZIONE SPAZI DEL CAMPO DI ALLENAMENTO

A 4 CORSIE



LEGENDA:

DIMENSIONI DI OGNI AREA = CIRCA METRI 23 X 55

METRI QUADRI DI OGNI AREA = CIRCA METRI QUADRATI 1200

DISTANZA TRA I GIOCATORI IN ALLENAMENTO INDIVIDUALE = CIRCA METRI 20

TIPOLOGIA DELLA PRATICA = ESERCIZI DI ABILITA' CON SPOSTAMENTI LUNGH

ORGANIZZAZIONE SPAZI DEL CAMPO DI ALLENAMENTO

2 META' A CAMPI TRASVERSALI



LEGENDA:

DIMENSIONI DI OGNI AREA = CIRCA METRI 35 X 55

METRI QUADRI DI OGNI AREA = CIRCA METRI QUADRATI 1900

DISTANZA TRA I GIOCATORI IN ALLENAMENTO INDIVIDUALE = CIRCA METRI 40

TIPOLOGIA DELLA PRATICA = ESERCIZI DI ABILITA' CON SPOSTAMENTI LUNGHISSIMI

ORGANIZZAZIONE SPAZI DEL CAMPO DI ALLENAMENTO

2 META' A CAMPI LUNGH



LEGENDA:

DIMENSIONI DI OGNI AREA = CIRCA METRI 20 X 91

METRI QUADRI DI OGNI AREA = CIRCA METRI QUADRATI 1800

DISTANZA TRA I GIOCATORI IN ALLENAMENTO INDIVIDUALE = CIRCA METRI 40

TIPOLOGIA DELLA PRATICA = ESERCIZI DI ABILITA' CON SPOSTAMENTI LUNGHISSIMI