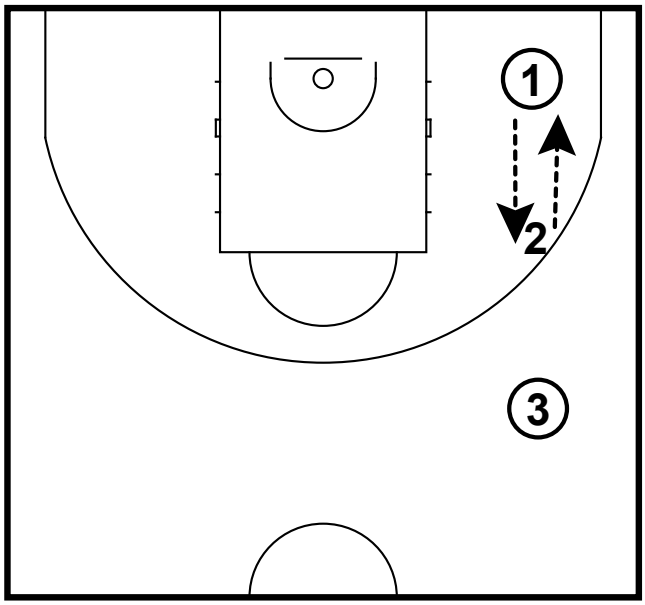
COLEGIUL CENTRAL AL ANTRENORILOR
FEDERATIA ROMANA DE BASCHET

MIDDLE MAN PASSING

PASE EXERCITII



JUCATORUL 1 PASEAZA LA 2 SI 2 IMEDIAT INAPOI LA 1
JUCATORUL 2 SE INTOARCE CATRE 3 SI PRIMESTE PASA DE LA ACESTA.2 RETURNEAZA IMEDIAT PASA.
CONTINUATI 30 SECUNDE.
VARIANTE :FOLOSITI DIFERITE TIPURI DE PASE
PENTRU INTOARCERE PIVOTARE,DROP STEP ETC.

Pos	Description
	EXECUTATI PASELE CU ACURATETE.
	EXECUTATI PASELE CU CEA MAI MARE VITEZA ,FARA SA SACRIFICATI ACURATETEA ACESTORA.
	CAND RECEPTIONATI PASA EXTINDETI BRATELE CATRE PASATOR.