

Lançamentos - Olympic Shooting

Escrito por Vance Walberg
Terça, 07 Outubro 2008 02:00



Os lançadores vão ao ressalto e passam para o jogador sem bola e saem no perímetro.

Os passes são feitos quando o jogador vai para o cesto e não quando vai a sair para fora. Vai á procura da bola. Mãos para a bola, agachado.

Pode ver o exercício [aqui](#) .