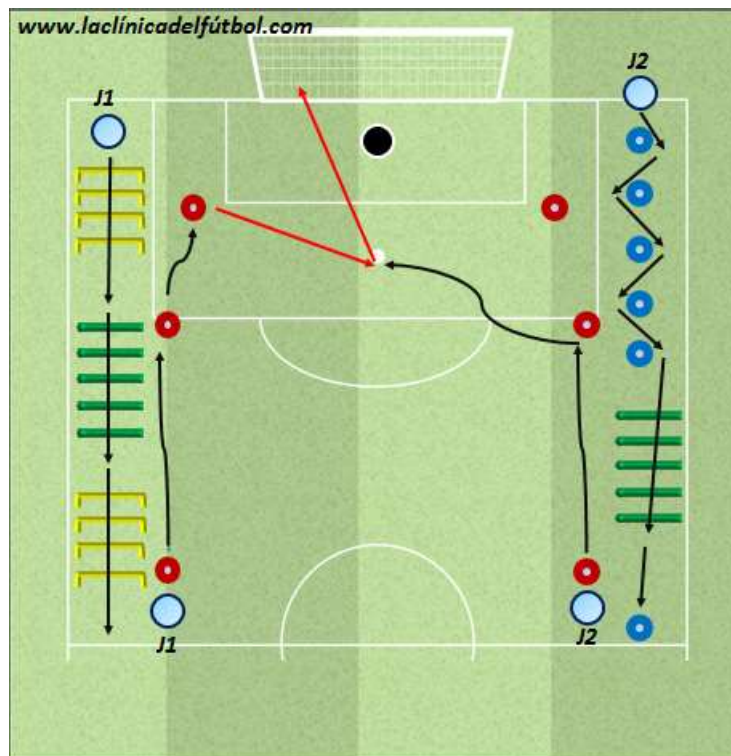


<i>Tipo</i>	<i>Dificultad</i>	<i>Intensidad</i>	<i>Tiempo de ejecución</i>
<b>Técnico con finalización</b>	<b>Media</b>	<b>Media</b>	<b>10-15 minutos</b>

## *Descripción*

El jugador 1 y 2 saldrán al mismo tiempo de la línea de salida, el jugador 1 llevara el balón controlado, mientras que el jugador 2 será preparara para rematar el centro de su compañero. Llegados al primer cono el jugador 1 se dirigirá rápido hacia el cono que esta delante suya para ejecutar el centro al corazón del área, mientras que el jugador 2 tras superar el primer cono se preparara para rematar el centro que llega desde la izquierda. Tras acabar la jugada de ataque los jugadores se dirigen hacia sus respectivos ejercicios, para el jugador 1 el ejercicio consiste en superar dos fases de vallas a una escalera con un rápido skipping, mientras que para el jugador 2 tendrá que superar una tanda de conos con un rápido slalom y una escalera con un rápido skipping.

<i>Materiales</i>	<i>Objetivos</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>1 portería</b></li> <li>- <b>6 conos rojos</b></li> <li>- <b>6 conos azules</b></li> <li>- <b>2 escaleras</b></li> <li>- <b>8 vallas</b></li> <li>- <b>Varios balones</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Remates</b></li> <li>- <b>Conducción de balón</b></li> <li>- <b>Regates</b></li> <li>- <b>Fuerza explosiva</b></li> <li>- <b>Resistencia física</b></li> <li>- <b>Centros</b></li> </ul>



*LCF*