



WWW.TABLESOCCER.ORG

-itsf

**NOME****COGNOME****DATA DI NASCITA**

Livello	Test	Data	Jury Signature
1	<ul style="list-style-type: none"> • Spostare le barre agevolmente • Colpire la palla di proposito • Passare la palla da un giocatore all'altro 		
2	<ul style="list-style-type: none"> • Colpire la palla dopo averla spostata • Prendere una pallina lenta • Passare la palla da un'asta all'altra 		
3	<ul style="list-style-type: none"> • Colpire la palla verso la porta dalla difesa, dalla mediana e dall'attacco • Coordinare i movimenti e posizionamento della difesa e del portiere • Conoscere le regole semplificate 		
4	<ul style="list-style-type: none"> • Tirare la palla dai 3 in un punto prestabilito, trascinando la palla lateralmente prima del tiro • Tirare la palla dai 2 in un punto prestabilito, trascinando la palla lateralmente prima del tiro • Riuscire a passare la palla dai 5 ai 3 		
5	<ul style="list-style-type: none"> • Eseguire 3 diversi passaggi dai 5 ai 3, includendo anche il passaggio lungo la sponda - x5 • Eseguire 3 diversi tiri dai 3, includendo almeno un passaggio lungo - x5 • Eseguire 3 diversi tiri dai 2, includendo almeno un passaggio lungo - x5 		
6	<ul style="list-style-type: none"> • Eseguire tre passaggi dalla difesa alla mediana - x5 • Eseguire due passaggi diversi dalla difesa all'attacco - x5 • Conoscere tutte le regole 		

I livelli devono essere completati nell'ordine dato. Se ci sono dubbi circa la padronanza nell'esecuzione di un livello, non esitate a ripetere gli esercizi prima di passare al livello successivo.

L'80% dei tentativi deve riuscire per passare l'esercizio (il 60% i minori di 18 anni).

Livello	Test	Data	Jury Signature
7	<ul style="list-style-type: none"> • Esercizio per 2: prendere possesso della palla durante un passaggio prestabilito dai 3 ai 5 - x5 • Esercizio per 2: prendere possesso della palla con la difesa durante un tiro dai 3 - x5 • Esercizio per 2: prendere possesso della palla con la difesa durante un tiro dai 5 - x5 		
8	<ul style="list-style-type: none"> • Da eseguirsi con un solo tocco per asta: avanzare la pallina dalla difesa, alla mediana, all'attacco e poi tirare in porta - x5 • Da eseguirsi senza fermare la pallina: muovere la pallina da / per tutti gli 11 omini - x5 • Essere in grado di concepire e spiegare uno schema difensivo per tiri dall'attacco e dalla difesa 		
9	<ul style="list-style-type: none"> • Su 2 diversi tavoli: ripetere gli esercizi di livello 5 - x10 • Su 2 diversi tavoli: ripetere gli esercizi di livello 7 - x10 • Su 2 diversi tavoli: ripetere gli esercizi di livello 8 - x10 		
10	<ul style="list-style-type: none"> • Riuscire a passare la pallina dalla difesa alla mediana, all'attacco e poi effettuare un tiro lungo - x10 • Ripetere il 1° esercizio con una variante per ogni passaggio - x10 • Ripetere i primi 2 esercizi su 3 diversi tavoli - x10 		