VARANJE Z ŽOGO

Za uspešnost in učinkovitost v igri je zelo pomembno varanje, ki nam omogoči ustvarjanje številčne premoči v napadu, posledično pa tudi dosego lahkega koša.

Na spodnjih povezavah imate nekaj vaj za varanje z žogo. Naredite čim več ponovitev.

Predhodno se dobro ogrejte. OGRETO TELO – MANJ POŠKODB!

<https://www.youtube.com/watch?v=gMiORXJdd6Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=zY4d3GUUOMM>

<https://www.youtube.com/watch?v=QApiG8YSUAQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=sevRPmKWbq8>

Miran