



1VS1 con obiettivo di attraversare lo spazio centrale, in caso di attraversamento o di riconquista il gioco continua sempre fino al segnale di stop dell'istruttore.

Il gioco può essere svolto anche senza pallone dove chi difende diventa attaccante dopo aver toccato con ambedue le mani l'avversario. In caso di attraversamento il gioco continua fino al segnale di stop dell'istruttore.

In ambedue le varianti si può attraversare la zona centrale SOLO SE NON E' GIA OCCUPATA NEL GIOCO DI UN'ALTRA COPPIA.