

## Sequenza di allenamento per il gioco corto

<b>#1</b>	Catcher / secondabase / primabase : tiri in 1a, secondabase copre Pitcher / interbase / terzabase : tiri in 3a, interbase copre Esterni : drop step andando indietro su palle al volo, prese di routine
<b>#2</b>	Pitcher / secondabase/ primabase : tiri in 1a , secondabase copre Catcher / terzabase / interbase : tiri in 3a, l'interbase copre Esterni : drop step, corsa e presa dietro la testa
<b>#3</b>	Pitcher/ catcher / interbase : tiri in 2a, interbase copre Terzabase / primabase / secondabase : tiri in 1a, secondabase copre, tiro di ritorno in 3a Esterni : corsa avanti per palle al volo, prese in scivolata
<b>#4</b>	Lanciatore / secondabase / primabase: lavoro a triangolo in 1°, comunicazione e copertura Catcher / terzabase / interbase : tiri in 2a , interbase copre Esterni : tecnica perfetta della presa al volo
<b>#5</b>	Pitcher / terzabase/ interbase : lavoro a triangolo in 3a, comunicazione e copertura Catcher / primabase / secondabase : tiri in 2a, il secondabase copre ( situazioni di difesa dello slap ) Esterni : drop step, schiena al campo interno, prese dietro la testa in corsa
<b>#6</b>	Pitcher/catcher / primabase / secondabase / interbase / terzabase: copertura dello slap da destra Esterni : lavoro con la recinzione
<b>#7</b>	Pitcher/ catcher/ primabase/ secondabase/ interbase/ terzabase: copertura della battuta in corsa  Esterni : prese controsola ( fare scudo con il guanto )