

بطارية اختبار لكرة اليد



التمرير والإستقبال والإنتقال بين العلامات
مع التسديد نحوى المرمى



محاولة التنسيق بين المهارات
(التنقل/ التنطيط/ التقدم إلى الأمام والوراء
مع الارتقاء والتسديد)



التحكم في الحركة بين الأقماع مع الإرتقاء
والتسديد نحوى المرمى



الخداع والمراوغة مع التسديد نحوى المرمى

مع تمنيات بالتوفيق
أ.د / صغيري