



Ocupen les 4 cantonades del camp. L'entrenador diu el que han de realitzar (exemple: fer una entrada per la dreta, aro passat, triple de la cantonada...). Si donen una volta a cercle central (illa), tenen un intent, si donen la volta al cercle (illa) del tir lliure contrari, en tenen dos. La primera en anotar, suma punt. Les que menys en tinguin fan 2 esprints.