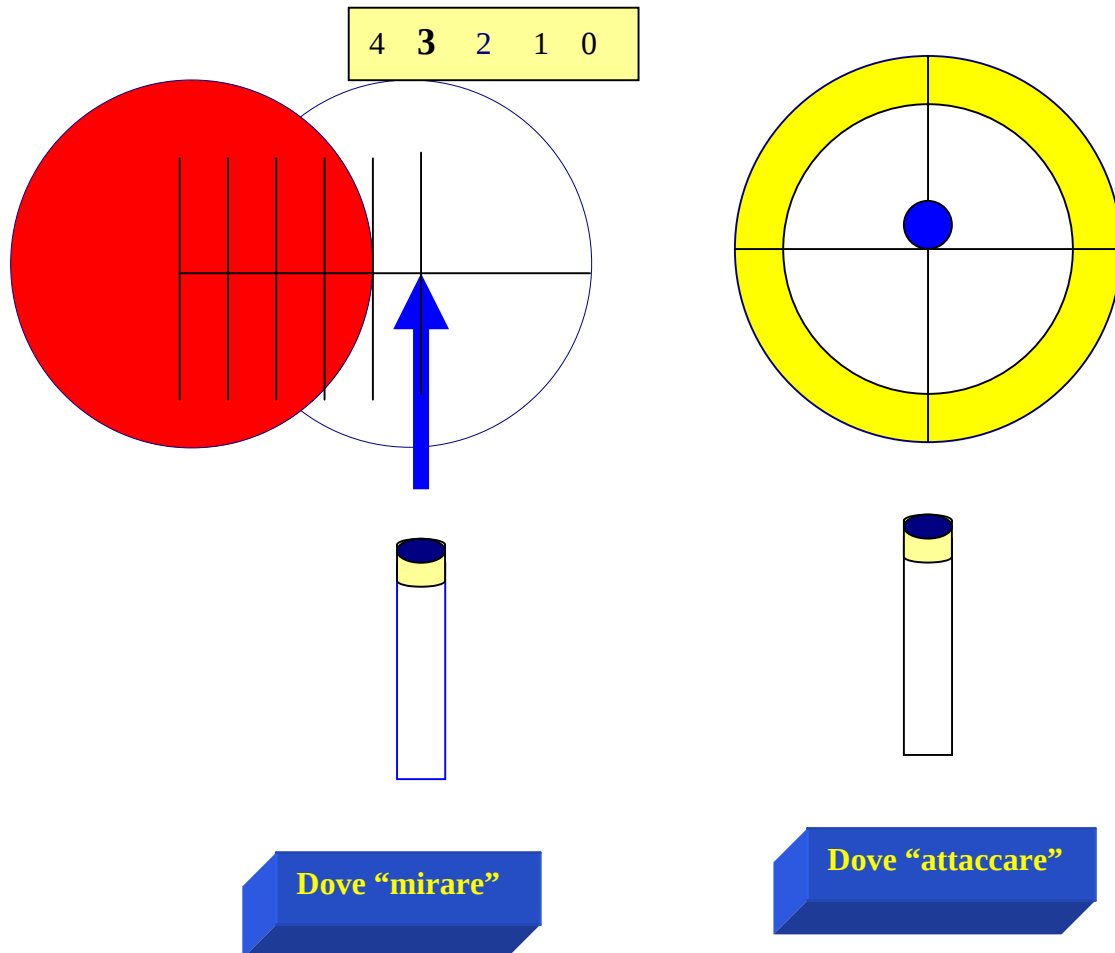


LE QUANTITA' ESTERNE

3/8 (tre ottavi)



Le quantità esterne sono le più difficili da “visualizzare” e “quantificare”.

Colpo naturale in avanti.

“Limage” lento. Non state per troppo tempo “in punteria” (siete in apnea...).

Stecca orizzontale. Non appena siete sulla linea di mira e tutto è allineato (il piede, la spalla, l'avambraccio, la stecca sotto l'occhio “direttorio”), concentratevi, eseguite da 3 a 6 “limages” max e lanciate la stecca dolcemente in avanti...

Qui la battente (la bianca o n° 1) arriverà sulla gialla prima che la rossa tocchi la bilia virtuale grigia.

Dovrete realizzare il tiro, per dieci volte consecutive.

