

Gli allenamenti

Scritto da HaNaDuNk

Domenica 19 Ottobre 2008 22:48 - Ultimo aggiornamento Domenica 11 Aprile 2010 21:40

Come dice il nostro Rossino, la vita del basketman è dura, e per diventare un vero campione bisogna allenarsi! Di seguito i principali allenamenti effettuati da Hanamichi.

Naturalmente Hanamichi si allenerà insieme a tutti gli altri componenti dello Shohoku nei passaggi, scatti, e altro ancora.



Ma allenarsi con gli altri richiede almeno la conoscenza dei fondamentali del palleggio e del passaggio. Per questo Sakuragi sarà costretto, sotto la "sorveglianza" di Ayako, ad eseguire i "fatidici" fondamentali per diversi giorni.

Gli allenamenti

Scritto da HaNaDuNk

Domenica 19 Ottobre 2008 22:48 - Ultimo aggiornamento Domenica 11 Aprile 2010 21:40

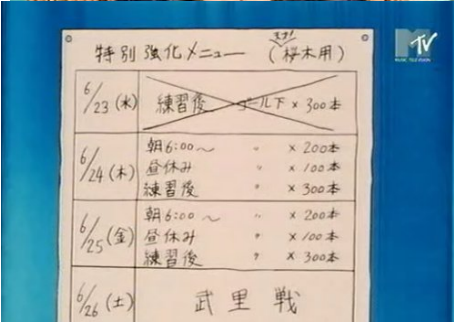


Problemi della corsa e un nuovo corso per il calcio, il calcio è un gioco che si gioca in

Gli allenamenti

Scritto da HaNaDuNk

Domenica 19 Ottobre 2008 22:48 - Ultimo aggiornamento Domenica 11 Aprile 2010 21:40



特別強化メニュー (桜木用)	
6/23 (木)	練習後 ボール x 300本
6/24 (木)	朝6:00 ~ " x 200本
	昼休み " x 100本
6/25 (金)	練習後 " x 300本
	朝6:00 ~ " x 200本
6/26 (土)	昼休み " x 100本
	練習後 " x 300本
武里戦	

ipr... ..



Gli allenamenti

Scritto da HaNaDuNk

Domenica 19 Ottobre 2008 22:48 - Ultimo aggiornamento Domenica 11 Aprile 2010 21:40



[Slam Dunk su Google](#) è la concessione di Hanadunk per Slamdunk.it. Versione originale su [Slam Dunk su Google](#)