



In un campo di dimensioni ridotte secondo caratteristiche dei giocatori si gioca un duello 2 contro 2 (A e B contro C e D) per segnare nelle porticine poste al centro. Dopo una fase di possesso palla, due giocatori laterali (E ed F oppure G ed H, che duellano 1 contro 1) devono essere serviti in ampiezza in entrambi i lati (1-3); chi riceve il secondo passaggio in ampiezza deve passare attraverso le porticine formate dai coni in conduzione (4) oppure in corsa per arrivare sul passaggio giocato in avanti e trasmettere nuovamente palla nel mezzo (5) per concludere (6). Al termine di ogni azione di attacco, la coppia di giocatori laterali che erano prima in possesso palla diventano la squadra difendente (transizione negativa) del turno successivo (7). I giocatori della coppia attaccante diventano laterali e la coppia precedentemente in difesa conquista il possesso palla. Se i giocatori laterali difendenti conquistano palla, devono trasmetterla alla coppia difendente del 2 contro 2, che può contrattaccare direttamente.

In a pitch with reduced dimensions depending on the skills of the players a 2 vs 2 is played by A and B against C and D to score in the mini-goals placed at the center. Two outside players (E and F or G and H, which play 1 vs 1 between them) must be served wide inside both sides (1-3); the second wide player must dribble after receiving (4) or run to receive through the cone's gate (4) passing the ball back into the center (5) to finish (6). In the end of each attacking move, the outside players which were in possession of the ball become the defending team (negative transition) of the following turn (7). The attacking players become the new outside ones and the two prior defenders recover the possession. If the defending outside players recover the ball during the 1 vs 1 duel, they must pass it to the defenders of the 2 vs 2 duel, which can counterattack directly.