CICEÁIL

Kicking

LÁIMHSITHE L

Sprioc-Dhalta								Tuairimí
Na súile dírithe ar an liathróid ar feadh an ama		Ceann						
Déan ar an liathróid ón gcúl agus beagán ar an taobh		Cabhail						
Ba chóir a chinntiú **go síneann an chabhail chun tosaigh** agus go luascann an ghéag atá ar an taobh eile den chos a bhfuiltear ag ciceáil léi chun tosaigh le linn na teagmhála.								
Ba chóir **an chos nach bhfuiltear ag ciceáil léi** a leagan ar thaobh na liathróide		Cosa						
Ba chóir **an chos a bhfuiltear ag ciceáil léi a luascadh** siar chun uillinn 90 céim ar a laghad a dhéanamh								
Tabhair **an chos lena bhfuiltear ag ciceáil chun tosaigh go tapa**, ag teagmháil leis an liathróid ag úsáid barriallacha bróg nó droim na coise								
Ba chóir **go gcoinneofaí leis an mbuille** i dtreo na sprice								

Leideanna			
	Cé na treoracha ar cheart dom a thabhairt? Ciceáil an liathróid chomh fada agus is féidir leat.	**Cá háit ar cheart dom breathnóireacht a dhéanamh ar an scil sin?** Taobh na coise lena bhfuiltear ag ciceáil.	**Cén trealamh atá de dhíth orm?** Liathróid.