El tiempo que dediquemos a los ejercicios orientados a desarrollar el perfil no dominante de los alumnos es muy importante.

Al igual que hemos podido leer en el estudio sobre el uso de la pierna no dominate en el futbol profesional, en el segundo tiempo el uso de la pierna no dominante disminuía, debido a la fatiga acumulada, por lo tanto, dedicaremos a este tipo de trabajos ejercicios de corta duración y de intensidad moderada.