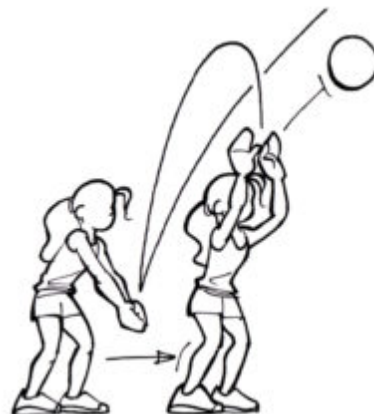


## Minipallavolo – Bagher: Doppio tocco

Con il primo tocco di palla, si tiene la palla alta sopra il centro del campo per dare al palleggiatore tempo e spazio a sufficienza. Con la regola supplementare «chi riceve deve eseguire subito il passaggio», si obbliga questo giocatore a creare spazio e tempo per se stesso.

Si gioca 2:2 o 3:3. Sono obbligatori tre tocchi di palla: chi riceve gioca la palla due volte consecutivamente, ovvero riceve e poi fa un passaggio (palleggio). Poi un compagno passa oltre la rete.

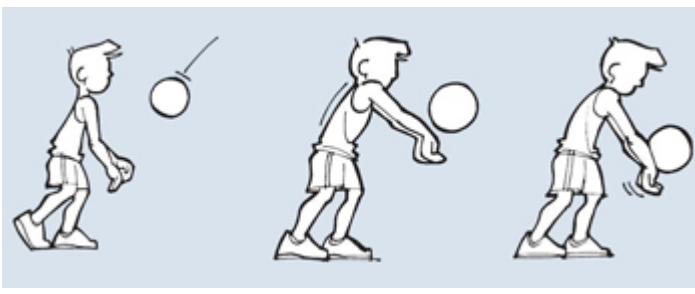


### Varianti

- Applicare la regola solo per il servizio.
- Applicare la regola per il primo tocco di palla.

### Filmati dei punti chiave

- Bagher (tecnica di base)
- Bagher (ricezione frontale)
- Bagher in difesa



Fonte: Nicole Schnyder-Benoit, capodisciplina G+S Pallavolo



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**