

## Futnet – Technique: Amortie

L'amortie est un coup d'attaque avancé. Le joueur se trouve en position de frappe lorsqu'il choisit de placer une amortie, dans l'optique de feindre son adversaire.

La préparation est donc la même que pour la frappe: prise de ballon haute au-dessus du filet. En revanche, la trajectoire du ballon est très courte, avec un mouvement de rotation inverse imprimé avec l'extérieur du pied. Le ballon a ainsi tendance à revenir contre le filet, ce qui le rend difficile à jouer pour l'adversaire.

- Série d'images: [Amortie](#) (pdf)
- Vidéo: [Amortie](#) (mp4)

---

Source: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO