

# Giochi di rinvio: Bench Ball

I giochi di rinvio sono predestinati a nuove invenzioni. Le classi di scuola, i club sportivi o i gruppi giovanili possono sperimentare e definire le proprie regole e routine. Un esempio per una tale invenzione è Bench Ball, un gioco sviluppato da tre studenti di sport di Magglingen, che richiede pochi materiali e incoraggia il gioco grazie alle sue semplici regole.

## Idea di gioco

Il Bench Ball appartiene alla categoria dei giochi di rinvio. L'obiettivo è di colpire l'oggetto da gioco dall'altro lato della nel campo opposto, in modo che l'avversario non riesca a rinviarlo secondo le regole. La particolarità è che la pallina non viene giocata direttamente sopra la panchina, ma deve prima toccare il suolo nella propria metà campo.

## Regole

Dopo il lancio, la pallina deve sempre rimbalzare nella propria metà campo prima di sorvolare la panchina (non è permesso il rimbalzo diretto). Di norma, la palla rimbalza nel campo dell'avversario. È possibile giocare al volo, ma dopo il colpo la palla deve sempre rimbalzare sul proprio lato prima di attraversare la panchina.

Il servizio deve essere incrociato. La pallina deve toccare la propria metà campo e poi la metà campo avversaria. È indifferente se la palla tocca la panchina.

Il servizio viene effettuato secondo le regole del badminton, ovvero se il numero di punti del giocatore che serve è pari, egli serve da destra. Di conseguenza, il giocatore serve da sinistra se il suo numero di punti è dispari.

## Campo da gioco

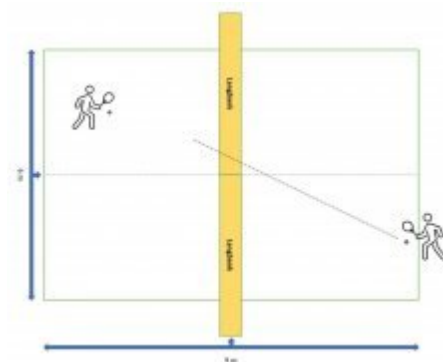
9 x 6 m (campo da pallavolo trasversale)

## Giocatori

Da 2 a 4 (singoli o doppi)

## Conteggio

3 set vincenti. 11 punti vincono il set. Al punteggio di 10-10, la partita si gioca a due punti di distacco. Sul 14-14, si applica il "Golden Ball" à Il giocatore che realizza il 15° punto vince il set.



Il campo da gioco è diviso da due panchine.

## Varianti

### più facile

- Se due panchine sono poste l'una sopra l'altra si ottiene una traiettoria più alta e quindi un tempo maggiore per il volo dell'oggetto. Di conseguenza, i giocatori hanno più tempo per

correre a prendere la palla.

## **più difficile**

- Più veloce è la palla, più veloce diventa il gioco. Con una palla da tennis morbida o una palla da softball più dura, il gioco si fa molto più veloce.

---

Fonte: Nik Winkler, Damian Gähwiler, Dennis Koç, studenti della scuola universitaria federale dello sport SUFSM



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**