

Futnet: Tecnica

Il repertorio dei gesti tecnici del futnet è molto ampio. Il più importante è il passaggio, senza il quale non è possibile giocare.

Movimento	Descrizione	Filmati e sequenze di immagini
Passaggio	Il passaggio è il gesto tecnico più importante del futnet. Da esso dipende l'efficacia dell'attacco.	→ Per saperne di più
Servizio	Pur non essendo l'asso nella manica principale nel futnet, il servizio può comunque servire a mettere in difficoltà l'avversario.	→ Per saperne di più
Schiacciata (smash)	La schiacciata è il colpo d'attacco per eccellenza. Il giocatore cerca di colpire con forza il pallone nel momento in cui esso è ancora alto rispetto alla rete, inviandolo idealmente in una zona non coperta dall'avversario o a fondo campo.	→ Per saperne di più
Smorzata	La smorzata è un colpo d'attacco per avanzati. Il giocatore si trova in posizione di colpire quando sceglie di smorzare, cercando così la finta.	→ Per saperne di più
Testa *	La testa permette di innalzare facilmente un pallone che arriva a metà altezza. Il giocatore deve piazzarsi sulla traiettoria del pallone..	→ Per saperne di più
Petto *	Come la testa, anche il petto permette di rimandare il pallone in alto e davanti a sé. L'analisi del rimbalzo condiziona la riuscita del movimento.	→ Per saperne di più
Semi-volée *	La semi-volée è un gesto molto utilizzato dai giocatori di livello avanzato per la ricezione di un servizio o per effettuare una schiacciata.	→ Per saperne di più

*Nel futnet, tutte le azioni difensive permettono di difendere e di preparare nello stesso tempo la fase offensiva. L'obiettivo è doppio: far salire il pallone in alto e davanti a sé. In questo modo, assume una traiettoria curva e per il compagno di squadra sarà più facile giocarlo. In singolare, si imprimerà forza al pallone essenzialmente verso l'alto, in maniera tale da permettere al giocatore di rigiocarlo immediatamente. I gesti difensivi più utilizzati sono i colpi di testa, di petto e la semi-volée.

Fonte: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO