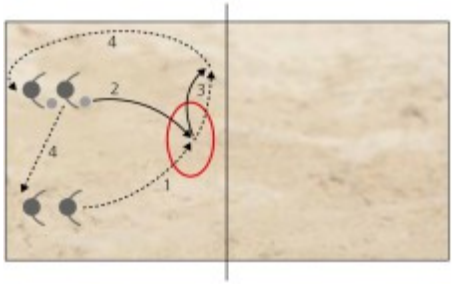
Beach volley – Sviluppo del gioco: Simulazione di gioco (passaggi)

Un esercizio che permette di conseguire sicurezza nei passaggi e negli spostamenti mentre si sviluppa il gioco.

Una squadra da quattro giocatori si trova in un piccolo campo. Un giocatore nel campo dietro a sinistra batte sul pallone: è il segnale per il compagno di destra che deve correre verso la «casa» .

A due mani, il giocatore lancia il pallone con una traiettoria ad arco verso la zona obiettivo da dove il compagno gli fa un passaggio breve lungo la rete (simulazione) che poi invece riceve lui stesso. In seguito si riposiziona in fondo alla fila, cambiando ogni volta lato.



Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO