

Giochi di rinvio con bambini – Squash: A turno

Questo è un gioco ideale quando vi sono numerosi giocatori. È un ottimo esercizio per le regole di sicurezza e la visione d'insieme (let e stroke).

Gli allievi giocano contro il muro frontale seguendo un ordine fisso.



Varianti

- Al posto di giocare in un ordine fisso, a ogni giocatore viene attribuito un numero. Prima di colpire la palla, il giocatore chiama il numero della prossima persona.

Più facile

- Giocare solo sopra la linea di servizio.
- Lasciare rimbalzare la palla due volte.
- Giocare con palline soffici.

Più difficile

- La palla può essere giocata anche sui muri laterali (boast).
- Giocare con altre palle..

Materiale: racchette e palle da squash (softball, di gomma, palle da tennis tavolo o da tennis)

Fonte: Michael Müller, capodisciplina G+S Squash, responsabile Sport per i bambini Swiss Squash



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO