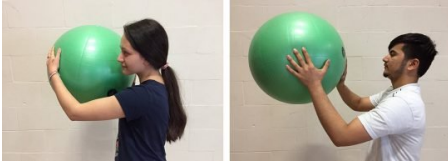


Poull Ball: Tecnica di tiro

Le caratteristiche della palla – grande e leggera, quindi facile da maneggiare – e del bersaglio – grande e facile da centrare – rendono il gioco molto particolare. Sono infatti necessari ben pochi prerequisiti per segnare.



Esiste tuttavia un gesto più idoneo che rende il tiro più preciso e potente. La mano forte deve essere posata dietro la palla all'altezza delle spalle, l'altra mano davanti (v. fig. 3). Questa posizione consente di mantenere la palla in equilibrio e di avere una buona visione del gioco. Se le due mani vengono posizionate ai lati della palla (v. fig. 4), il giocatore dovrà

spostare la palla lateralmente per vedere il bersaglio e i compagni di squadra liberi. In questa posizione, il suo tiro sarà meno potente e soprattutto meno preciso.

Fonte: François Poull, inventore del Poull Ball e insegnante di educazione fisica presso l'Institut Saint-Joseph de Trois-Ponts (Belgio)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO