

# Beach volleyball: Tournante

Cet exercice est un grand classique. Après avoir envoyé la balle par-dessus le filet, le joueur court prendre place dans le terrain opposé.

Former deux colonnes de chaque côté du filet (3 à 4 joueurs par colonne), les premiers à trois mètres du filet environ. Jouer la balle en passe haute en face et changer de colonne (passer sous le filet). Possibilité de faire jouer quatre groupes en même temps par terrain. Quel groupe réussit le plus de passes sans interruption?



## Variantes

- Obligation de se faire une passe à soi-même avant de jouer de l'autre côté. Par élimination: le joueur qui commet une faute sort momentanément du jeu.
- On termine par un match 1:1, le premier joueur à deux points.

Source: Cahier pratique «mobile» 20/2006 Max Meier, Ralph Hunziker



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO