

Headis: Attorno al tavolo

Un gioco classico e ideale per un numero di giocatori elevato. Il gioco stimola l'osservazione dei compagni di gioco e le dinamiche di gruppo.

I giocatori si dividono in modo equilibrato tra i due lati del tavolo da ping-pong e formano una fila. Il primo giocatore della fila più numerosa inizia con il servizio. Dopo aver passato la palla dall'altra parte della rete con la testa, passa dall'altro lato dove si rimette in fila.



Varianti

- Chi commette un errore, deve abbandonare. Gli ultimi due giocatori disputano la finale su tre punti.
- Giocare su diversi tavoli contemporaneamente. Chi commette un errore passa a un altro tavolo dove può di nuovo giocare.
- Conteggio per squadra: quanti passaggi oltre la rete fa una squadra prima di compiere un errore?

Più facile

- «Freno di emergenza»: in caso di difficoltà si può usare la mano.

Materiale: palla da «headis» (oppure palla di dimensioni simili, leggera che rimbalza bene), tavolo da ping pong.

Fonte: Thomas Rellstab



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO