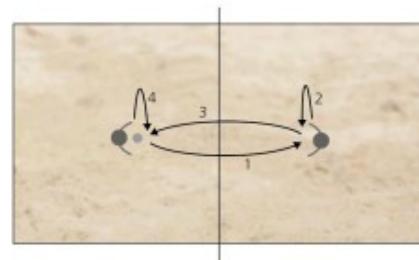


Beach volley – Tecnica: Topspin drive

Il topspin drive, o shot, è una palla d'attacco colpita in modo leggero e ben piazzata, giocata generalmente al di sopra del muro.

In coppia: lanciare oltre la rete verso il partner

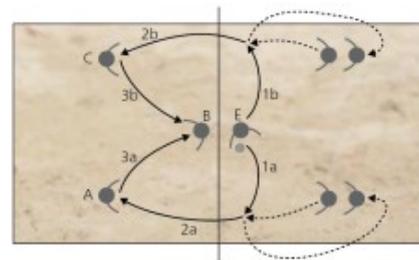
- Eseguire il topspin drive oltre la rete. Tenere il gomito/il braccio alto, tutta la mano colpisce la palla (il gesto produce il suono «platsch»).
- Passarsi la palla, colpirla da sotto e infonderle una rotazione in avanti ruotando il polso.
- Colpire la palla, il compagno riceve con bagher, la palla va in alto e il compagno la riprende.
- Forma finale: come prima, ricevere con bagher e lanciare in alto. Ma invece di riprendere la palla, eseguire un palleggio alto e poi ritornare la palla al compagno (attenzione: versione più difficile!)(immagine a destra).



Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Con l'allenatore: lanciare oltre la rete verso il difensore

- L'allenatore (o un compagno) si trova vicino alla rete e alza la palla una volta a destra e una volta a sinistra per gli allievi che realizzano un topspin drive longline (lungo la linea) oltre la rete dalla posizione in piedi.
- Di fronte due allievi (A e C) cercano di ritornare la palla all'allievo B che raccoglie i pallini e li prepara per l'allenatore.
- Dopo circa 20 palle, cambiare A, B e C con altri attaccanti.



Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Varianti

- L'attaccante passa la palla all'allenatore (passaggio in alto o lancio) che la riceve e la lancia a sua volta. •
- L'attaccante passa la palla all'allenatore (passaggio in alto o lancio) che la gioca con un passaggio.

→ [Descrizione tecnica](#)

Fonte: Annalea Hartmann, esperta G+S Pallavolo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP