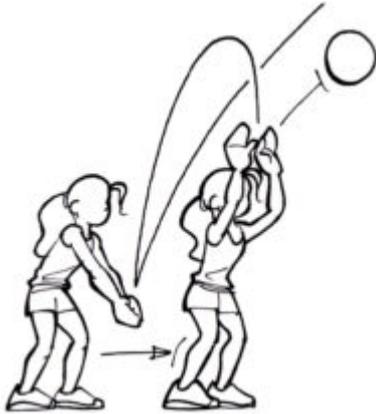


Mini-volleyball – Manchette: Double touche

La première touche vise à faire une passe haute au milieu du terrain afin de donner du temps et de l'espace au passeur. Et comme le réceptionneur est lui-même le passeur, il se donne le meilleur ballon possible.



Jeu 2:2 ou 3:3. Trois touches de ballon obligatoire. Le réceptionneur joue deux ballons de suite (réception et passe). Un coéquipier joue le dernier ballon par-dessus le filet.

Variantes

- Appliquer la règle uniquement lors du service.
- Appliquer la règle à chaque première touche.

Vidéos avec les points clés

- Manchette (position de base)
- Manchette (réception frontale)
- Défense en manchette



Source: Nicole Schnyder-Benoit, cheffe de sport J+S Volleyball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO