mobilesport.ch

Pallapugno: Caos totale

Un gioco di pura azione! Richiede la visione periferica e la capacità di giocare in tutte le postazioni.

In ogni metà campo ci sono 4 giocatori. Si gioca oltre una panchina o una corda. Dopo ogni servizio e dopo il rinvio nel campo avversario, il giocatore che ha appena toccato la palla si trasferisce nell'altra metà campo. Quale delle due squadre riesce a mantenere più a lungo il possesso palla?



Varianti

- 3 contro 3, 2 contro 2.
- Definire la tecnica (ad es. passaggio diretto, servizio con salto).

Più facile

- Palla oltre la corda: non tirare, solo lanciare la palla.
- Usare palle lente (ad es. palloni da spiaggia gonfiabili).

Più difficile

- · Palla più piccola.
- Ogni giocatore cambia campo da gioco dopo il contatto con la palla.

Materiale: palla, panchina o corda, coni/cinesini per la demarcazione

Fonte: Sarah Wacker, Swiss Faustball



Schweizerische Eidgenossenschaft Confédération suisse Confederazione Svizzera Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO