

# Pallanuoto – Tecniche del portiere: Posizione di attesa

**Il portiere assume questa posizione quando attende nell'immediato un tiro in porta.**

Nella posizione di attesa il lavoro di gambe e braccia aumenta in modo che il portiere emerga dall'acqua con le spalle.

La posizione del corpo rialzata gli consente di osservare meglio l'azione di gioco dalla porta e segnala nel contempo all'avversario che il portiere è pronto alla difesa.

---

Fonte: Benjamin Redder, Sirko Roehl, Heinz Weber, Martin Weissleder



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**