

# Beach volley: Tecniche

Il presente capitolo illustra le tecniche che, oltre a quelle già note della pallavolo in palestra, completano il profilo di ogni giocatore di beach volley. Le tecniche di base della pallavolo in palestra sono un presupposto fondamentale.

Il primo tocco di palla (ricezione con bagher) e il palleggio sono solo leggermente diversi rispetto alla versione in palestra.

Nel beach volley, tuttavia, non è possibile eseguire un passaggio con le 10 dita in cui la traiettoria non è perpendicolare alla linea delle spalle. Per questo, è raccomandato rinviare sempre la palla oltre la rete con un topspin drive o un poke shot.

Come variante di difesa (sopra la testa) per palloni non troppo potenti si può usare il tomahawk.

→ [Topspin drive](#)

→ [Poke shot](#)

→ [Tomahawk](#)



## L'ABC del beachvolley

**Beach dig:** difesa a mani aperte contro schiacciate di potenza.

**Call:** chiamata dell'alzatore all'attaccante (informazione su dove e come tirare il pallone).

**Chicken wing:** difesa che consiste in un triangolo con gli avambracci in linea sul petto e le braccia (simile a un colpo d'ala).

**Cut shot:** pallone corto giocato in diagonale.

**Dig:** difesa di un colpo d'attacco potente.

**Float serve:** una tecnica di servizio in cui la palla è lanciata possibilmente senza rotazione e in cui la traiettoria è modificata dalla pressione dell'aria (densità elevata) dietro la palla.

**Service husband and wife:** un servizio posizionato appositamente tra due giocatori che ricevono per creare confusione.

**Jump serve:** battuta in salto.

**Jump float:** un float serve con un leggero salto.

**Longline:** una palla lanciata parallela alla linea.

**Poke shot:** colpo giocato con la parte superiore delle falangi intermedie.

**Rainbow shot:** colpo giocato longline sopra il giocatore che mura.

**Rally point:** nuovo metodo per contare introdotto nel 2001. Ogni scambio conta un punto. Occorrono due set vincenti da 21 punti. La squadra vincente deve avere un vantaggio minimo di due punti sull'avversario per aggiudicarsi il set.

**Sideout:** attacco tattico e piazzato, spesso giocato oltre il muro.

**Skyball:** costruzione dell'attacco basato sulla ricezione con una conclusione riuscita.

**Tomahawk:** servizio molto alto, spesso eseguito dal basso.

**Topspin-drive (shot):** difesa sopra la testa effettuata con entrambe le mani.

---

Fonte: Annalea Hartmann, esperta G+S Pallavolo



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**