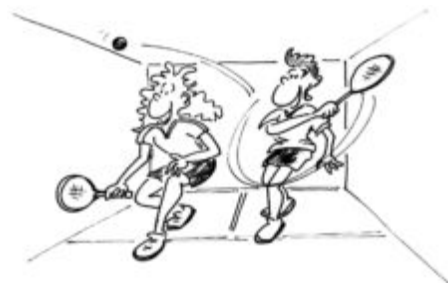


Giochi di rinvio con bambini – Squash: Mini squash

Primi scambi con regole semplificate: questo esercizio è un primo passo verso una partita vera e propria.

Gioco a coppie. La palla deve essere tirata sopra la linea di servizio sulla parete frontale e può atterrare solo nella parte anteriore del campo.



Varianti

- Giocare assieme (contare il numero di palle giocate).
- Giocare contro (conteggio normale).

Più facile

- Le palle che sono tirate sotto la linea di servizio possono essere giocate.
- La palla può rimbalzare due volte.

Più difficile

- Giocare con altre palle.

Materiale: racchette e palle da squash (softball, di gomma, palle da tennis tavolo o da tennis)

Fonte: Michael Müller, capodisciplina G+S Squash, responsabile Sport per i bambini Swiss Squash



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO