

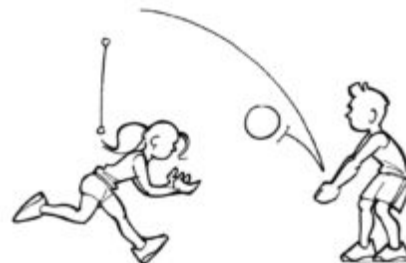
Minipallavolo – Servizio: Sequenza dei movimenti 2

Il giocatore che esegue il servizio si sposta subito nel campo e deve correre dall'altra parte della rete per prendere la palla. La sequenza di movimenti viene esercitata a gruppi di quattro.

Quattro giocatori per gruppo. A, B e C sono in fila dietro la linea di fondo con una palla ciascuno. Servono uno dopo l'altro.

A serve verso D e corre nel campo, passa sotto la rete e va dall'altra parte verso D per prendere la palla ricevuta con un bagher.

Per ogni palla ricevuta si ottiene un punto. Dopo 3 palle ricevute, B poi C e in seguito D vanno alla ricezione. Quale squadra finisce per prima?

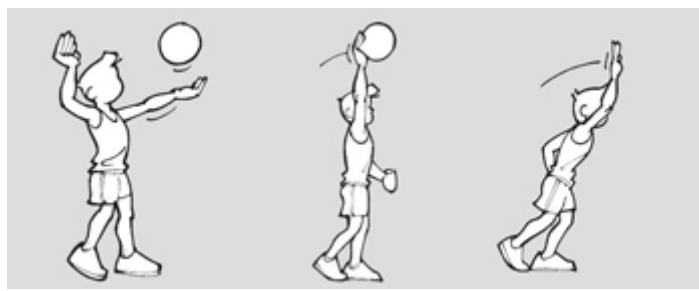


Varianti

- Servizio dalla metà campo.
- A non prende la palla ricevuta bensì la alza per B che la deve lanciare oltre la rete per ottenere un punto.

Filmati dei punti chiave

- Servizio dal basso
- Servizio dall'alto



Fonte: Nicole Schnyder-Benoit, capodisciplina G+S Pallavolo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO