

# Futnet: Un gioco senza contatti e adatto a tutti

Due squadre composte di uno a tre giocatori lanciano un pallone al di sopra di una rete e cercano di farlo rimbalzare nel campo degli avversari senza che questi riescano a rinviarlo. È questo l'obiettivo del futnet, uno sport che in passato veniva chiamato calcio-tennis o tennis-pallone.



La qualità fondamentale del futnet è l'aspetto ludico. Si gioca in singolare, doppio o triplo, su un campo diviso da una rete. I giocatori si passano il pallone senza aiutarsi con le braccia e le mani e per trarre il massimo piacere da questo gioco devono conoscerne le regole.

In questo dossier presentiamo due lezioni, una per gli insegnanti che non hanno molto tempo a disposizione ma che vorrebbero comunque proporre questo sport e farlo conoscere agli allievi e la seconda sotto forma di tornei.

## Lezioni

- [Introduzione al gioco](#) (pdf)
- [Torneo di futnet](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**