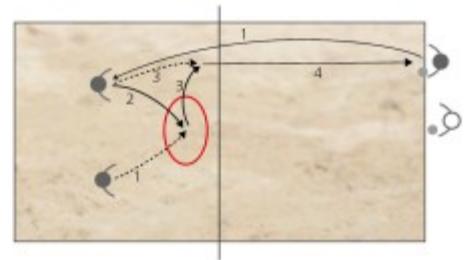


Beach volley – Sviluppo del gioco: Servizio, ricezione, passare e attaccare

Questa forma aiuta a migliorare la precisione nel ricevere e a integrare i percorsi necessari per passare e attaccare.

Quattro giocatori per ogni piccolo campo. Due si tengono pronti per ricevere, gli altri due si alternano in una battuta dal basso (o lanciano il pallone). Il servizio deve essere preciso e non potente.

Il ricevitore grida tempestivamente «io» e riceve con un bagher. Il compagno corre nella «casa» e grida «a me». Passaggio lungo la rete e «colpo d'attacco» semplice in topspin per il giocatore a servizio.



[Cliccare sull'immagine per ingrandirla](#)

Dopo dieci ricezioni per squadra si invertono i ruoli.

Remarque: se questo esercizio è assimilato bene, si può presumere che gli allievi siano pronti per giocare.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO