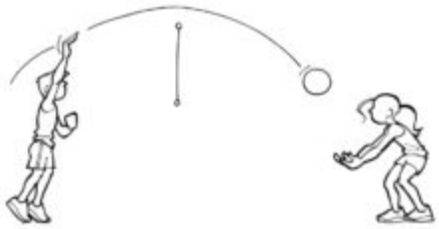
Minipallavolo – Servizio: Servizio su servizio

Prima del servizio ogni giocatore trova un rituale che lo aiuti a concentrarsi. Per esempio palleggiare, toccare la palla, ecc. I giocatori acquisiscono così sicurezza e tranquillità per servire in modo costante colpendo la palla da sopra la spalla.

Formare coppie. Ogni squadra ha una palla: A e B sono in una metà campo. A si gira verso B con l'asse del corpo, esegue il suo rituale e serve verso B. B prende la palla mentre A cambia posizione.

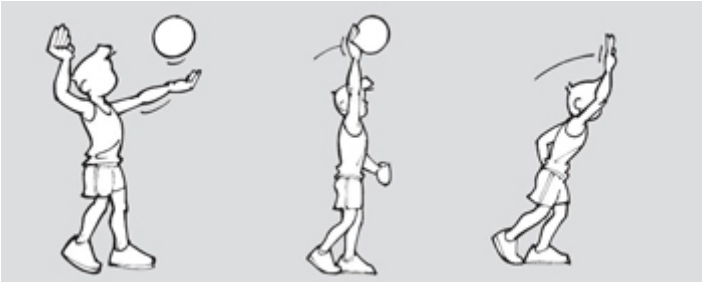


Varianti

- Sei coppie contemporaneamente.
- Chi riceve lo fa sempre con un bagher e poi prende la palla lanciata in alto.
- Nessuna posizione nella zona della rete.

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