

Tennistavolo: Torneo

Torneo per allenare il gioco di tennistavolo. Un esercizio stimolante per tutti.

Uno contro uno. Intercalare il servizio ad ogni punto. Quando il docente fischia la fine del tempo di gioco, il vincitore «salirà» di un tavolo mentre il perdente «scenderà» di uno. I vincitori ai primi tavoli così come i perdenti all'ultimo manterranno la loro posizione.



Varianti

- Variare la durata degli incontri.
- Giocare un set. Quando una coppia termina l'incontro, s'interrompono anche le altre partite.
- Giocare secondo le regole della pallavolo.
- Chi vince due azioni consecutive, ottiene un punto..



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO