

Tchoukball – Passaggi: Bersaglio mobile

Con un salto in estensione (angolo di 90°) il lanciatore cerca di piazzare la palla il più vicino possibile alla linea centrale.

Stabilire la stessa zona di partenza per tutti. Ogni giocatore prende la rincorsa, salta in estensione e cerca di piazzare la palla il più possibile vicino al centro. Si sistema un piattello nella zona dell'impatto e lo si sposta ogni volta che il tiro si avvicina al bersaglio.



[Sequenza di immagini sulle varie tecniche di lancio](#)

Fonte: Insero pratico «mobile» 07/2005, Carole Greber, Daniel Buschbeck, Véronique Keim



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPÖ