

Rugby – Prerequisiti tecnici: Drop

Si tratta di un gesto tecnico imposto a ogni ripresa che permette di fare la differenza a livello di punti.

Il drop è innanzitutto il gesto da eseguire a ogni ripresa e rimessa in gioco e può aiutare a ottenere tre punti supplementari. Va controllato perfettamente affinché la squadra possa iniziare il gioco nelle migliori condizioni possibili o fare la differenza a livello di risultato.

Per riuscire il drop, il tempismo e la posizione del pallone sono di fondamentale importanza. È un gesto che richiede un lavoro assiduo e ripetitivo sia da fermi, sia con opposizione. Succede spesso che alcuni giocatori si specializzino nel drop.

Fonte: Philippe Lüthi, responsabile G+S Rugby



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO