

Minipallavolo – Bagher: Servizio contro ricezione

Il bagher è usato come ricezione in una situazione di gioco. È importante leggere per tempo la traiettoria per portarsi dietro la palla. Un tocco di palla di questo tipo dà tempo e spazio al palleggiatore.

Al massimo 6 giocatori in una metà campo. Chi riceve è nella posizione 4 e 5 (A+B), il palleggiatore (P) sotto rete e gli altri giocatori al servizio. C serve e corre nel campo, A o B ricevono e passano verso P che alza verso la posizione 4 o verso il retro. Attacco nella metà campo, C' cerca invece di prendere la palla in attacco.



Cliccare sull'immagine per ingrandirla.

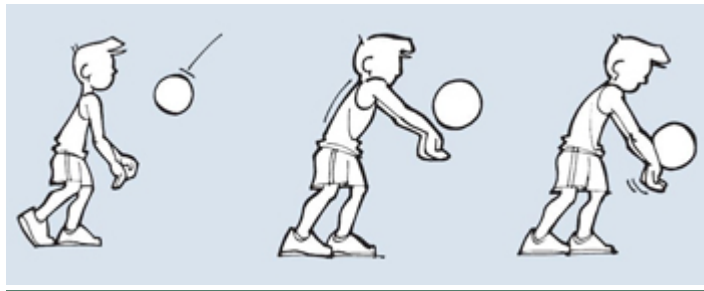
Punteggio: palla presa da C' = punto per la squadra che serve. Palla non presa = punto per la squadra che attacca. Chi riesce a ottenere più punti dopo 15 palle?

Varianti

- C' deve toccare la palla solo per ottenere un punto.
- La palla deve essere giocata in alto da C' con un bagher e catturata per ottenere un punto.

Filmati dei punti chiave

- [Bagher \(tecnica di base\)](#)
- [Bagher \(ricezione frontale\)](#)
- [Bagher in difesa](#)



Fonte: Nicole Schnyder-Benoit, capodisciplina G+S Pallavolo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO