

## Donut Hockey – Basi: Passaggi – Sweep Pass

Lo Sweep Pass è un passaggio dinamico a filo pavimento. Lo si può eseguire di diritto e di rovescio, come nel filmato.



- La posizione di base del giocatore è laterale, con la parte sinistra del corpo rivolta verso il compagno di squadra.
- Quando il donut viene fatto retrocedere, il peso del corpo si sposta sul piede destro.
- Quando il donut viene lanciato in avanti, il peso del corpo si sposta sul piede sinistro.
- Il donut viene lasciato andare più o meno all'altezza del piede sinistro, mentre il puntale del bastone prosegue il movimento in direzione del compagno di squadra.

---

Fonte: Muriel Sutter, autrice ed editrice della serie di manuali Burner Motion, istruttrice LWB, docente all'Università di Basilea, insegnante di educazione fisica



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO