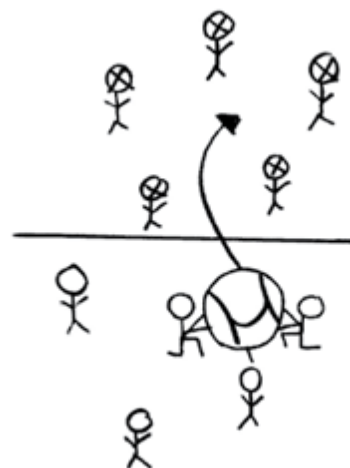


Kin-Ball: Palla due campi

In questo esercizio si affrontano due squadre. Il pallone viene lanciato e gli avversari cercano di afferrarlo e di rimetterlo in gioco.

Suddividere la classe in due squadre. Ognuna dispone di un campo delimitato dalla linea centrale. Per segnare un punto, la squadra incaricata della rimessa in gioco – due persone sostengono il pallone e una terza lo colpisce – deve far cadere il pallone a terra nel campo avversario senza superare i limiti della propria zona. Il giocatore che rimette in gioco il pallone colpisce la palla unicamente con due mani (v. pag. 3). La squadra che difende deve afferrare il pallone prima che tocchi per terra e lo gioca a sua volta.



Variante

Ogni volta che il pallone è recuperato, la squadra deve spostarsi rapidamente nella zona centrale (cerchio al centro del campo) prima della rimessa in gioco successiva.

Fonte: Insetto pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO