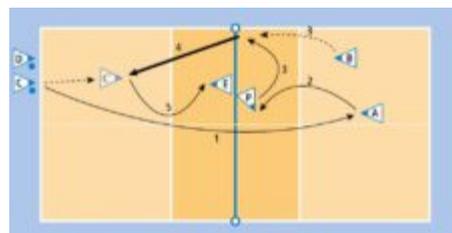


# Minipallavolo – Passaggio: Sideout con due varianti di alzata

Definire il primo scambio, poi la palla è giocata fino alla fine. Quando possibile, una palla difesa non deve semplicemente essere presa ma giocata fino alla fine.

Servizio su A o B: se riceve A il palleggiatore fa n'alzata indietro verso B, che attacca.

Se riceve B, il palleggiatore fa un'alzata in avanti verso la posizione 6 (attacco a 2m da B). Difesa di C verso E e poi giocare la palla fino alla fine.



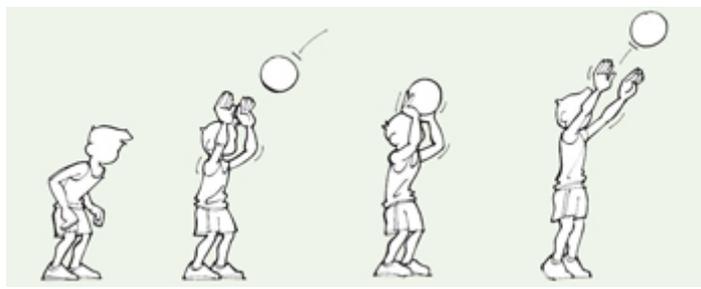
Cliccare sull'immagine per ingrandirla

## Variante

- Il palleggiatore può scegliere per chi alzare la palla.

## Filmati dei punti chiave

- Palleggio in avanti
- Palleggio indietro



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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO