

Tennis doppio: Servizio a sorpresa

Grazie a questo esercizio gli allievi imparano a prendere delle decisioni rapide. Dopo il servizio scendo a rete oppure no?

Normale formazione di doppio. Si gioca a punti. Chi serve decide se attaccare direttamente durante il primo o anche durante il secondo servizio.



Varianti

- Attaccare durante il primo servizio ma non durante il secondo.
- Attaccare durante il primo e il secondo servizio.
- Lo stesso esercizio ma chi risponde decide se attaccare direttamente durante il primo o anche durante il secondo servizio.

Posizioni possibili prima e durante lo scambio

- Formazione classica (uno davanti e uno dietro).
- Due giocatori sulla linea di fondo e due a rete.
- Tutti e quattro sono a rete oppure dietro.
- Formazione australiana (uno dietro l'altro, dopo il servizio chi si trova a rete si sposta verso il lato stabilito in precedenza).
- Formazione lineare (due giocatori uno di fronte all'altro a rete; gli altri due si trovano faccia a faccia sulla linea di fondo).

Fonte: Insetto pratico «mobile» 55/2009, Simone Bachmann, Marcel Meier



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO