

Tennis – Passante: Centrare con un lob

Un esercizio che ha come obiettivo di raggirare con un lob l'avversario che attacca a rete.

Gioco uno contro uno a punti. Raggirare con un lob l'avversario che attacca vale tre punti. Chi riesce a raggiungere per primo dieci punti?



Fonte: Insetto pratico «mobile» 03/2005, Simone Bachmann, Marcel K. Meier, Ralph Hunziker



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO