

Tennis doppio: Guastafeste

L'obiettivo di questo esercizio è di restare concentrati e continuare a farsi dei passaggi regolari anche se i giocatori a rete disturbano il gioco.

Due giocatori eseguono dei colpi incrociati di diritto sulla linea di fondo, i loro partner si trovano a rete e quando si presenta la possibilità devono disturbare il gioco e chiudere il punto con una volée.



Varianti

- Stesso esercizio ma colpi incrociati di rovescio.
- Quando il giocatore a rete si muove troppo presto quello sulla linea di fondo gioca longline.
- Se vale la pena, disturbare il gioco già durante la risposta.
- Solo sul campo del singolo.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO