

## Tennis doppio: Allineati

Questo esercizio permette ai giocatori del doppio di coordinarsi e di agire insieme. Devono cercare di posizionarsi sempre alla stessa altezza.

Giocare a punti. Il responsabile mette in gioco la palla dalla linea laterale. Le due coppie si trovano in posizione di partenza e cercano di difendere e di conquistare punti rimanendo sempre allineati.



### Varianti

- Due giocatori sulla linea di fondo, due a rete.
- Tutti e quattro a rete.
- Tutti e quattro sulla linea di fondo.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO