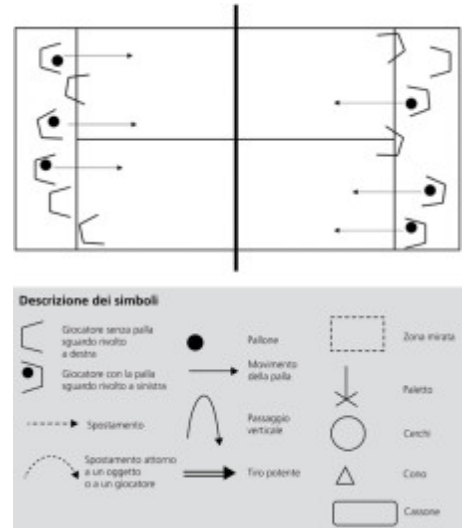


Futnet – Servizio: Avanti tutta

In questo esercizio, gli allievi eseguono un servizio dopo l'altro, senza nessuna direttiva supplementare.

I giocatori della squadra A, col pallone in mano, servono dalla loro linea di servizio facendo passare il pallone al di sopra della rete verso la squadra B. I giocatori della squadra B recuperano il pallone e servono a loro volta, ecc.



Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Varianti

Più facile

- Avvicinarsi alla rete per servire.

Più difficile

- Indietreggiare fino alla linea di fondo campo per servire.
- Mirare dei bersagli (coni, paletti, cinesini, ecc.) sparsi nella zona di servizio avversaria. Quale squadra riesce a far cadere tutti i cono nel campo avversario?

Materiale: cono, paletti o cinesini

Fonte: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO