

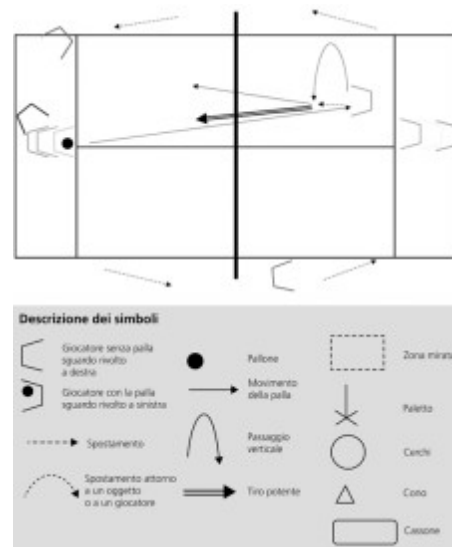
Futnet – Forme di gioco: Tavola girevole

Questo esercizio migliora la concentrazione, poiché il giocatore non ha diritto all'errore.

Su uno o più campi, formare due file piazzate da una parte e dall'altra della rete. Il primo giocatore di una fila serve il compagno della colonna di fronte. Costui può controllare il pallone una volta prima di tirarlo nel campo opposto.

Una volta l'azione conclusa, i giocatori corrono dietro alla fila nell'altro campo e aspettano il loro turno. Il gioco prosegue fino a quando viene commesso un errore. In questo caso si rimette il pallone in gioco con un servizio. Tutti gli allievi iniziano il gioco con cinque vite.

Ogni volta che commettono un errore ne perdono una. Quando non ne hanno più sono eliminati. I due giocatori che rimangono disputano una finale. Vince chi segna per primo due punti.



Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Varianti

Più facile

- Possibilità di controllare il pallone una volta con le mani.

Più difficile

- Limitare a un solo rimbalzo.

Regole

- Al massimo due rimbalzi non consecutivi prima di passare il pallone nel campo avversario.
- Al massimo due tocchi di palla per giocatore.
- Dopo il servizio, il pallone deve rimbalzare una volta nel campo avversario prima di poter essere giocato.
- In questo gioco, la linea di servizio è anche quella di fondo.

Fonte: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO