

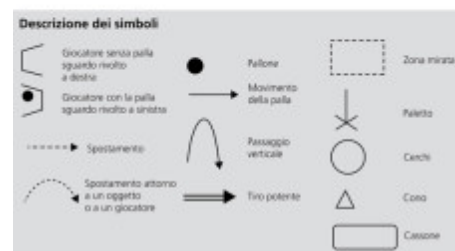
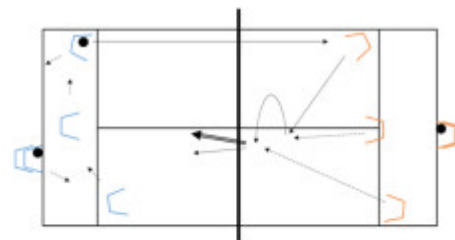
## Futnet – Forme di gioco: Movimento perpetuo

Durante questo esercizio, i giocatori occupano tutti i posti e devono adattarsi rapidamente ai loro nuovi ruoli.

Formare squadre di tre, eventualmente due giocatori. Dopo ogni punto, un sostituto della squadra che era di risposta al servizio entra in campo al posto di un compagno, con un pallone in mano, poi serve.

Fissare in anticipo la rotazione tra i giocatori e i sostituti.


Qualunque sia la squadra che segna il punto, si alterna ogni volta il campo dal quale è effettuato il servizio.



Cliccare sull'immagine per ingrandirla

**Osservazione:** vedi [«Tattica»](#), in particolare i paragrafi «Durante il gioco» per l'attacco e «Risposta al servizio» e «Durante un attacco a rete» per la difesa.

Fonte: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO