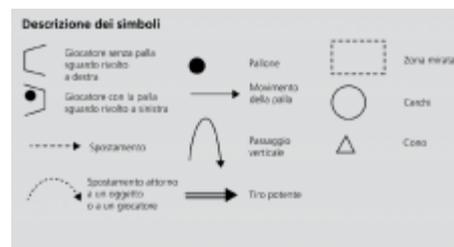


# Tutti in spiaggia!: Futnet

Il futnet è uno sport senza contatti, adatto a tutte le età e che richiede abilità e coordinazione. La sua qualità fondamentale è l'aspetto ludico. Si gioca sotto forma di singolo, doppio o triplo, su un campo diviso da una rete. I giocatori si passano il pallone senza aiutarsi con le braccia e le mani.

Due squadre composte di uno a tre giocatori lanciano un pallone al di sopra di una rete e cercano di farlo rimbalzare nel campo degli avversari senza che questi riescano a rinviarlo. Questo obiettivo può essere raggiunto attaccando una zona libera e imprimendo più o meno forza ed effetto al pallone. Il giocatore non può effettuare due tocchi di palla consecutivi (salvo in singolare). A ogni errore la squadra avversaria riceve un punto ed effettua la rimessa in gioco.



Simboli utilizzati per illustrare le forme di gioco seguenti.

## Aspetti importanti

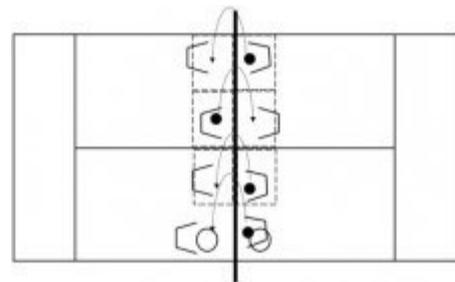
- [Considerazioni pratiche](#)
- [Regole del gioco](#)
- [Tecnica](#) (con [filmati](#) e [sequenze di immagini](#))
- [Tattica](#)

## Forme di gioco

### A rete!

In coppia. A tre metri l'uno dall'altro, i giocatori effettuano dei passaggi senza controllo al di sopra della rete.

**Osservazioni:** definire in anticipo una piccola zona, vicino alla rete, nella quale il pallone deve rimbalzare dopo ogni passaggio.



### Più facile

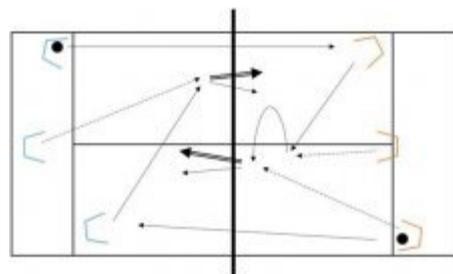
- Prima di ogni passaggio, il giocatore può controllare il pallone con tutte le parti del corpo, comprese le mani.

## Più difficile

- Il giocatore deve mirare l'interno di un cerchio messo nella zona da un suo compagno (= 1 punto). In questa variante, il giocatore può effettuare un controllo prima del passaggio.

## Uno basta, due sono troppi!

Partite di doppio o di triplo. Le due squadre servono simultaneamente. Quando una squadra commette un errore con uno dei due palloni, il gioco si ferma e il punto è attribuito all'altra squadra.

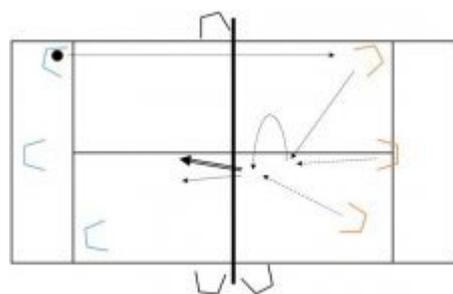


## Regole

- Al massimo tre rimbalzi non consecutivi prima di tirare il pallone nel campo avversario.
- Al massimo tre tocchi di palla non consecutivi per squadra.
- Effettuare il servizio tra le linee di servizio e di fondo.
- Dopo il servizio, il pallone deve rimbalzare una volta nel campo degli avversari prima di poter essere giocato dall'altra squadra.
- Divieto di rinviare il pallone direttamente nel campo avversario (almeno due tocchi di palla per squadra).

## Riserva di caccia

Su un campo, partite di doppio o di triplo fino a sette punti. La squadra sconfitta lascia il posto a un'altra o cambia uno o due giocatori con i sostituti a disposizione. I giocatori a riposo diventano arbitri.



## Regole

- Al massimo tre rimbalzi non consecutivi prima di tirare il pallone nel campo avversario.
- Al massimo tre tocchi di palla non consecutivi per squadra.

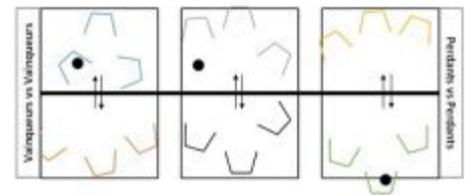
- Effettuare il servizio tra le linee di servizio e di fondo.
- Dopo il servizio, il pallone deve rimbalzare una volta nel campo degli avversari prima di poter essere giocato dall'altra squadra.
- Divieto di rinviare il pallone direttamente nel campo avversario (almeno due tocchi di palla per squadra).

## Forma di torneo

### Libera scelta

Dopo una partita, i giocatori si riuniscono e cambiano compagni liberamente (mai due volte gli stessi partner) per la partita seguente. Ogni squadra tiene il conto dei suoi punti:

- partita vinta = due punti
- pari = un punto
- partita persa = zero punti



Dopo un certo numero di partite, stilare una classifica individuale.

### Più facile

- Aumentare il numero di rimbalzi possibili.
- Possibilità di toccare una volta il pallone con le mani (conta come un tocco normale).

### Più difficile

- Diminuire il numero di rimbalzi autorizzati per squadra.

## Regole

- Al massimo tre rimbalzi non consecutivi prima di tirare il pallone nel campo avversario.
- Al massimo tre tocchi di palla non consecutivi per squadra.
- Effettuare il servizio tra le linee di servizio e di fondo.
- Dopo il servizio, il pallone deve rimbalzare una volta nel campo degli avversari prima di poter essere giocato dall'altra squadra.
- Divieto di rinviare il pallone direttamente nel campo avversario (almeno due tocchi di palla per squadra).

## Altre forme di torneo

- [Orologio](#)
- [Tavola del re](#)
- [Gioco delle leghe](#)
- [Scelgono i dadi](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**