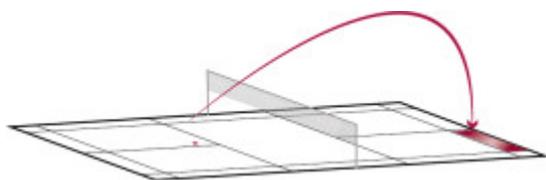


Badminton – Tecnica di tiro: Servizio dritto lungo

Il servizio alto di dritto dovrebbe confinare l'avversario a fondo campo, da dove non potrà effettuare pericolosi tiri in attacco.

Osservazione: sono disponibili altre inquadrature (playlist) cliccando sul menu a tendina in alto a sinistra del filmato.

Dove va a finire lo shuttle?



Per eseguire un servizio lungo e alto di dritto, il giocatore si posiziona a circa un racket di distanza dalla linea di servizio e deve far atterrare davanti alla linea posteriore dell'area di servizio. Lo shuttle dovrebbe cadere in modo rapido e perpendicolare. Spesso viene tirato verso la linea di metà campo, per assicurare una buona copertura del campo per il rovescio.

Quando si usa?

Nelle discipline in singolo (soprattutto donne), per avviare lo scambio di palla.

Quali sono le caratteristiche principali di questo tiro?

Posizione di partenza

- Impugnatura di dritto.
- Posizione vicina alla linea centrale.
- Il piede dritto è leggermente rivolto in avanti.
- Peso del corpo sul piede posteriore.

Fase iniziale

- Spostare il peso del corpo in avanti.
- Portare il braccio in avanti in modo controllato; fase iniziale passiva con spostamento in avanti del gomito (forte supinazione; la superficie di tiro è rivolta di lato).

Esecuzione del tiro

- Continuare a spostare il peso.
- Colpire lo shuttle davanti al corpo con una potente pronazione.

Fase finale

- Il movimento continua dopo il tiro nella medesima direzione

Fonte: Richard, Th. et al. (2016). Badminton: Tecnica di corsa e di tiro. Macolin: Ufficio federale dello sport UFSP0



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP0