

Badminton – Tecnica di tiro: Block corto di diritto davanti al corpo

Il block corto di diritto davanti al corpo costringe l'avversaria a colpire lo shuttle sotto il bordo della rete. L'avversaria non può così continuare ad attaccare.

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

Dove va a finire lo shuttle?



Il block corto di diritto, eseguito davanti al corpo, viaggia da metà campo destra all'area frontale del campo dell'avversario appena sopra la rete.

Quando si usa?

Quando la giocatrice vuole rispondere a uno smash con un colpo corto di diritto.

Quali sono le caratteristiche principali di questo tiro?

Posizione di partenza

- Portare il racket nella posizione di partenza più rapidamente possibile.
- Impugnatura di dritto
- Racket e gomiti davanti al corpo.
- La superficie di tiro è vicina al punto d'impatto previsto.

Fase iniziale

- Nessuna fase iniziale

Esecuzione del tiro

- Portare la superficie di tiro direttamente al punto d'impatto lateralmente davanti al corpo (condurre gomiti e spalle in direzione della rete).

Fase finale

- Fase finale quasi assente.

- Ritorno rapido nella posizione di previsione della palla.

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