

Badminton – Tecnica di tiro: Appoggio di diritto

L'appoggio di diritto costringe l'avversaria a un punto d'impatto al di sotto del bordo della rete e neutralizza la situazione di gioco

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

Dove va a finire lo shuttle?



L'appoggio è un colpo piatto che parte dall'area centrale del campo diretto nella parte centrale o frontale del campo avversario.

Quando si usa?

Quando il giocatore può colpire lo shuttle davanti al corpo o lateralmente sotto il bordo della rete

Quali sono le caratteristiche principali di questo tiro?

Posizione di partenza

- Portare il racket nella posizione di partenza più rapidamente possibile.
- Impugnatura di diritto o leggera impugnatura a padella.
- Racket davanti al corpo.
- Gomiti flessi.
- Superficie di tiro orientata sopra o lateralmente alla mano e sullo shuttle.

Fase iniziale

Breve fase iniziale passiva con spostamento in avanti della mano.

Esecuzione del tiro

- Leggera estensione del gomito.
- Punto d'impatto laterale davanti al corpo.

Fase finale

- Breve fase finale.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPÖ