

Difesa con tomahawk



Il tomahawk è una tecnica di difesa in cui la palla è colpita con entrambe le mani sopra la testa. Si colpisce con i palmi delle mani collocati uno nell'altro oppure con il bordo delle mani. Concretamente: le mani sono una nell'altra a forma di conchiglia, i pollici indietro e la mano a pugno.

Difesa con tomahawk (variante)



Colpire la palla con le mani tese e incrociate, i palmi sono rivolti verso l'alto.