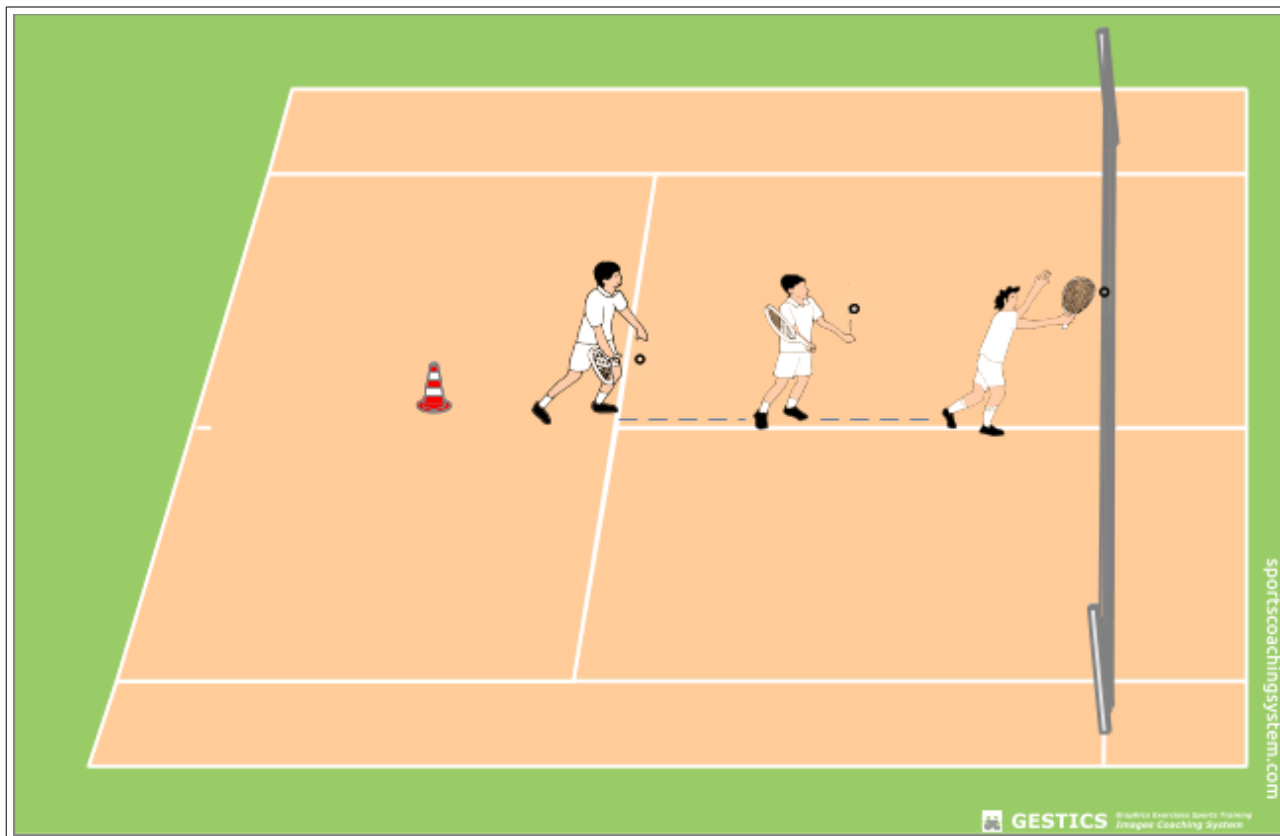


Tennis: volée bassa, volée media, volée alta



N° 8010 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - TENNIS](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM) - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

DESCRIZIONE BREVE: volée bassa, volée media, volée alta

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: non a squadre

CAMPO: è quello usato per il tennis, utilizzando tutto il campo

SCOPO DEL GIOCO: eseguire correttamente tutte e tre le volée

DESCRIZIONE: eseguire una volée bassa, una volée media e una volée alta

CONSIGLI: piegarsi bene con le gambe e stare sempre in movimento

MATERIALE: pallina

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 8010

TIPO DI GIOCO: esercitazioni (*Esercizi di preparazione allo sport*)

PROPEDEUTICITÀ: 1) *preparazione al tennis: volée*