



Disciplina - Categoria

BADMINTON - ALLENAMENTO 6 (COLPI ALTERNATI)

Età dei giocatori

≥ 10 anni

Titolo

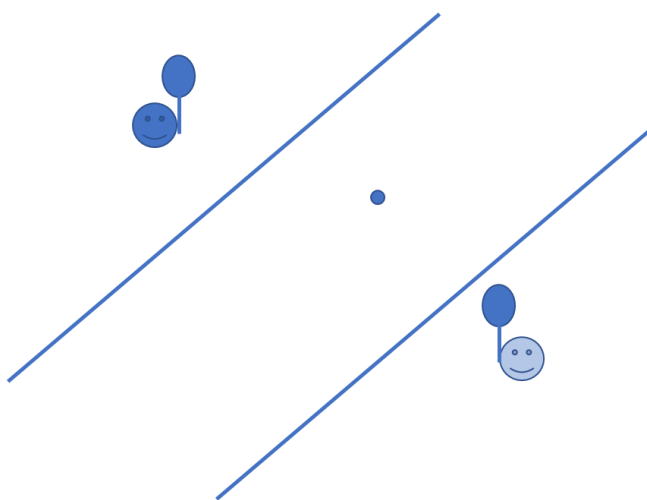
RACCHETTONI

Materiale necessario

1 racchetta da volano o un racchettone per ogni partecipate - 1 piumino (volano) o pallina di spugna - Nastro carta o cinesini per delimitare il campo.

Spazio necessario/come organizzarlo

Qualsiasi tipo di terreno piatto e della dimensione minima di 4 x 6 metri per ogni campo.



Durata attività

10 ÷ 15 minuti

Spiegazione attività

Lo scopo del gioco è di effettuare il maggior numero consecutivo di scambi della pallina di spugna o di volano, in coppia, senza invadere la “zona franca” delimitata da due linee parallele distanziate di 2 metri.

L’animatore rimane fisso in coppia mentre i giocatori si alternano a turno dopo aver effettuato correttamente 5 scambi consecutivi o dopo 2 errori.

I gruppi verranno classificati in funzione del numero totale di scambi realizzati correttamente nel tempo massimo stabilito.



Disciplina - Categoria

POLISPORTIVO - TAMBURELLO

Età dei giocatori

≥ 10 anni

Titolo

TAMBURELLO - CENTRA

Materiale necessario

1 Tamburello per giocatore - 1 Pallina da tennis per ogni giocatore – Nastro carta o cinesini per delimitare il bersaglio.

Spazio necessario/come organizzarlo

Qualsiasi tipo di terreno con fondo compatto della dimensione di 4 x 6 metri.

Durata attività

10 minuti

Spiegazione attività

Ogni giocatore a turno cerca di far entrare, al volo (2 punti) o dopo il primo rimbalzo (1 punto), la pallina da tennis nel bersaglio tracciato per terra colpendola con un tamburello.

Le squadre verranno classificate in funzione della somma dei punti ottenuti dai propri componenti nelle tre manche di gioco.

Tamburello Elastico

ETA' TAMBURELLISTI 6 - 17



NUMERO DI PARTECIPANTI 2



MATERIALE NECESSARIO

Rete altezza da 1,40 a 2mt Palline di gommapiuma Tamburelli elastici

INFO SPAZIO e ORGANIZZAZIONE

Regole simili al volley ma utilizzando un divertentissimo tamburello elastico.

Vince la sfida chi arriva per primo a 10 punti



Disciplina - Categoria

PALLA TAMBURELLO

Età dei giocatori

≥ 10 anni

Titolo

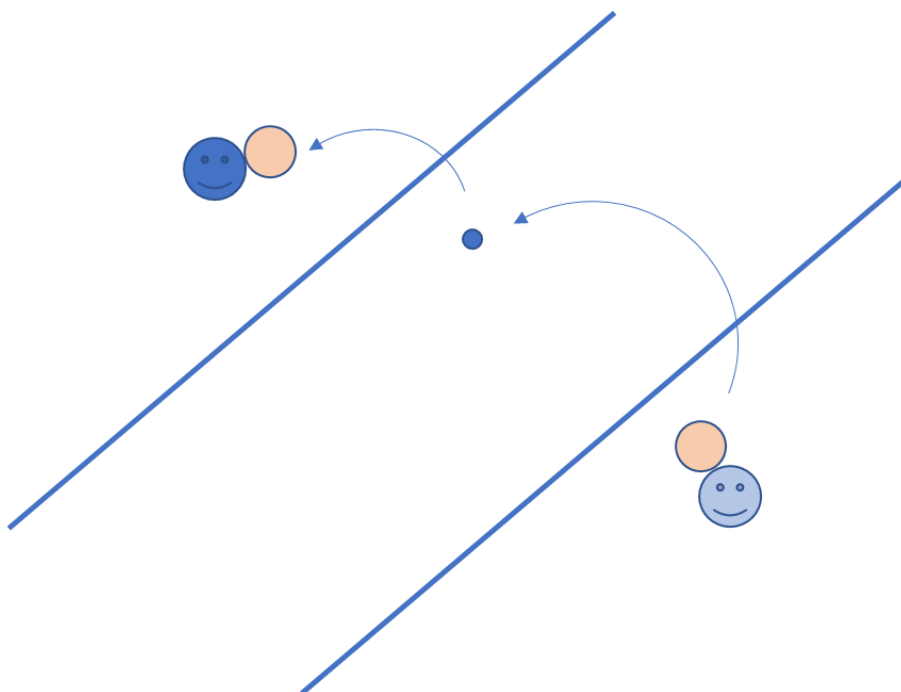
TAMBURELLO SINGOLO

Materiale necessario

1 Tamburello per ogni partecipate - 1 Pallina da tennis - Nastro carta o cinesini per delimitare il campo.

Spazio necessario/come organizzarlo

Qualsiasi tipo di terreno piatto, con fondo compatto e della dimensione minima di 4 x 10 metri per ogni campo.



Durata attività

10 ÷ 15 minuti

Spiegazione attività

Lo scopo del gioco è di effettuare il maggior numero consecutivo di scambi della pallina, in coppia, senza invadere la “zona franca”, delimitata da due linee parallele distanziate di 4 metri, e facendo in modo che la pallina rimbalzi in essa una sola volta.

L’animatore rimane fisso in coppia mentre i giocatori si alternano a turno dopo aver effettuato correttamente 5 scambi consecutivi o dopo 2 errori.

I gruppi verranno classificati in funzione del numero totale di scambi realizzati correttamente nel tempo massimo stabilito.

Volano

ETA' GIOCATORI 6 - 17



NUMERO DI PARTECIPANTI 2

MATERIALE NECESSARIO

Rete altezza da 1,40 a 2mt

Racchette Volano

Volano

INFO SPAZIO e ORGANIZZAZIONE

Tutto il fascino e il divertimento che solo il Badminton sa regalare

Vince la sfida chi arriva per primo a 10 punti