Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 41 (1984)

Heft: 4

Rubrik: Sport per tutti

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

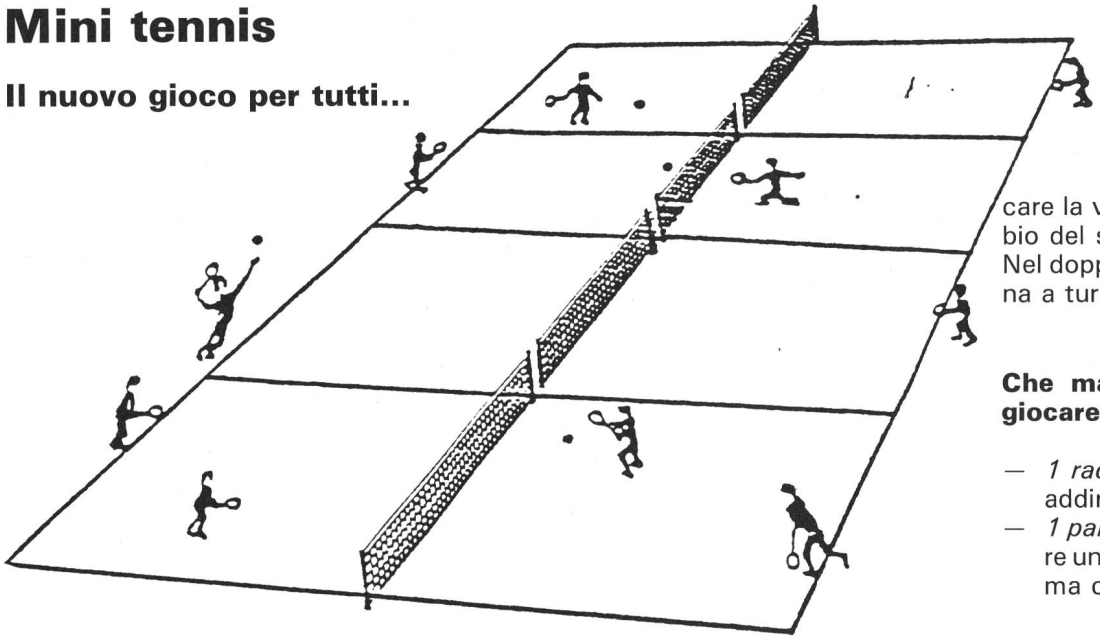
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Mini tennis

Il nuovo gioco per tutti...



Altezza della rete:
80-100 cm

Dimensioni del campo:
— larghezza 4-9 m
— lunghezza 8-12 m

Di che cosa si tratta?

È un gioco che assomiglia al tennis con regole molto semplici che si avvicinano a quelle del tennistavolo. Anche coloro che non praticano il tennis possono dedicarsi a questa attività, poiché non sono la tecnica e il perfezionamento tattico i fattori più importanti, ma essenziale è l'idea del gioco.

Dove si può giocare?

Su un campo di gioco improvvisato, in palestra, sull'asfalto, sul prato, in giardino, sulla spiaggia.
Si possono tracciare le linee con il gesso, con nastri o con delle corde ecc. Come rete si può utilizzare quella di pallavolo, un nastro o una corda.

Come si contano i punti?

Una partita è conclusa quando si hanno vinto due set che arrivano fino a 21 punti (ev. 15 o 11 punti).

Come sono le regole?

Si gioca il servizio dalla linea di fondo e la pallina deve toccare il campo avversario; se questa tocca la rete (sul servizio), si può ripetere il colpo. Dopo il servizio la pallina può toccare al massimo una volta il suolo. Si possono giocare la volata e la schiacciata. Il cambio del servizio avviene ogni 5 punti. Nel doppio, i giocatori toccano la pallina a turno.

Che materiale occorre avere per giocare?

— *1 racchetta* di plastica, di legno o addirittura una racchetta da tennis
— *1 pallina:* si raccomanda di scegliere una pallina leggera di gommapiuma con un diametro di 9,5 cm.

Vi auguriamo buon divertimento!

Le scuole o le associazioni che intendono promuovere questo gioco possono rivolgersi all'Associazione svizzera di tennis dove potranno ottenere materiale gratis: reti, racchette, palline! (Tel. 031 / 43 43 18) oppure alla responsabile cantonale Carlotta Vannini (Tel. 093 / 31 56 13). □

Lo sportivo legge:

La rivista di educazione sportiva della

Scuola federale di ginnastica e sport di Macolin

GAGLIARDETTI
DISTINTIVI RICAMATI
BANDIERE DI SOCIETA'
BANDIERE E PALI

HEIMGARTNER & CO. 9500 WIL/SG
Tel. 073 22 37 11

Pavistra sa

6911 Noranco
Ufficio: Via Campagna
Telefono 091 54 28 55

Costruzioni pavimentazioni stradali e campi tennis

DUL-X®

giova negli strappi muscolari

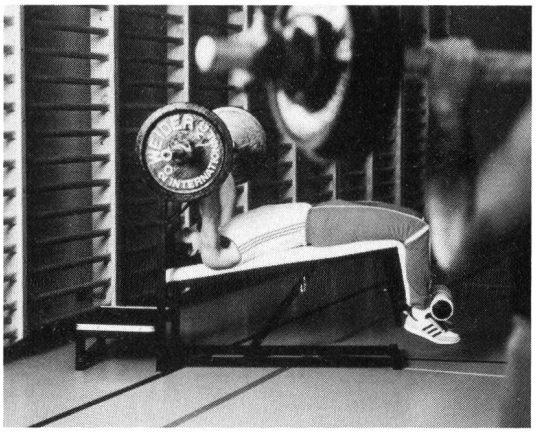
Flaconi Fr. 7.- e Fr. 12.-, crema in tubi da Fr. 6.40. Crema DUL-X Red Point con intensificato effetto calorifico Fr. 7.- e Fr. 12.- Presso la vostra farmacia.

BIOKOSMA SA, 9642 Ebnat-Kappel

Alder & Eisenhut AG

Fabbrica di attrezzi da ginnastica, sport e giuoco

8700 Küsnacht ZH **01 910 56 53**
9642 Ebnat-Kappel SG **074 3 24 24**



NOVITA' **nel nostro programma di vendita**

Apparecchi per la condizione fisica e la forza

- attrezzi semplici o a funzioni multiple
- costruzioni robuste e esenti da manutenzione
- prezzi vantaggiosi - vendita diretta dalla fabbrica a scuole, società, enti pubblici e privati

Richiedete il nostro prospetto e listino prezzi

Cartellino giallo al «doping».

Alle Olimpiadi di Mosca, il 10% dei controlli anti-doping non ufficiosi posteriori alle competizioni risultò positivo. Vale a dire che più di 60 dei concorrenti sottoposti a controllo si erano preparati alle competizioni ricorrendo al «doping».

Questi concorrenti non vennero puniti solo perchè essi ed i loro tecnici riuscirono a ravvisare qualche lacuna nei regolamenti anti-doping.

Noi riteniamo che il doping è non solo ingiusto ma anche riprovevole. Infatti, se le gare sono già falsate in partenza, lo sport non merita più di essere chiamato sport. Oltretutto il «doping» mette in pericolo la salute di chi ne fa uso. Scopo dello sport è invece quello di rafforzare il corpo, non di menomarlo.

Proprio per questo lanciamo un appello a tutti gli amici dello sport, attivi o passivi, ai tecnici, alle squadre ed associazioni ed anche al pubblico, affinchè riflettano sul significato del fair-play per il nostro sport; e lottino con noi contro tutto ciò che è ingiusto.

Vogliamo il fair-play nello sport.

Iniziativa dell'ASS per uno sport leale.

DDB