Zeitschrift: Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 31 (1974)

Heft: 9

Artikel: Palla, rimpallo

Autor: Favre, Michel / Werey, Théo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1000821

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: 21.08.2025

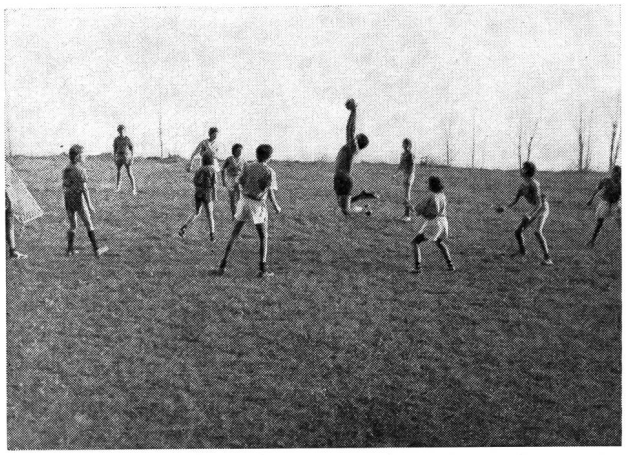
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Palla - rimpallo

Introduzione
Michel Favre
Presidente della Federazione svizzera di palla-rimpallo (tchoukball)

In un mondo come il nostro dove lo sviluppo tecnico troppo rapido ha permesso a molti di noi di accedere ad una certa comodità, questo stato di cose produce su ogni individuo, una mancanza flagrante d'attività fisica. Le conoscenze in campo medico danno la prova formale che l'educazione fisica occupa una parte primordiale: da una parte nella personalità dell'individuo e dall'altra nella sua educazione fisiologica e mentale.

La struttura che il dr. Brandt ha dato alla palla-rimpallo permette di unire l'utile al dilettevole, dal momento che questo sport raggruppa tutti gli elementi dell'educazione fisica di base. Quasi senza rendersene conto, gli sportivi, divertendosi fanno lavorare tutto il loro corpo e utilizzano così totalmente le loro capacità. Questo modo di rendere l'educazione fisica meno austera si concretizza nella palla-rimpallo dove allo sport si aggiungono elementi educativi.



Palla-rimpallo a scuola

Tutti i movimenti dei giocatori nel corso di una partita sono naturali. Gli sforzi sono di breve durata ma intensi, si ripetono in continuazione, e ciò corrisponde ad un allenamento cardio-vascolare che rispetta le leggi naturali. La palla-rimpallo può meravigliare per la sua struttura, infatti le sue regole sono state elaborate con la preoccupazione di farne uno sport accessibile a tutti e in questo senso, uno sport che rispetti le esigenze biologiche e le attitudini ineguali dei diversi giocatori.

In qualsiasi sport di squadra, il calcio ad esempio, dal momento che una delle due squadre attacca, l'altra, cerca con tutti i propri mezzi di togliere la palla al giocatore che ne è in possesso. Se questi si trova di fronte ad un avversario fisicamente e tecnicamente più forte, la perderà. L'inferiorità fisica si tradurrà persino in un sentimento di subordinazione e soprattutto nel bambino, influenzerà in proporzioni più o meno grandi il suo stato psicologico.

La pallavolo, pure caratterizzata da una mancanza totale di aggressività, si collega alla palla-rimpallo, ma i suoi movimenti non sono sempre naturali.

Le regole della palla-rimpallo dando libero corso all'azione personale, fanno di ogni giocatore un elemento cosciente delle sue capacità.

Sotto questo punto di vista, l'adattamento del gioco alle diverse attitudini e competenze individuali sono perfette e gli effetti educativi maggiori.

L'orgoglio e il prestigio, lo sappiamo, sono alla base di tutti i conflitti umani ad ogni livello. Il dr. Brandt, nell'elaborazione delle regole, si è fissato quale scopo la diminuzione dei conflitti inter-personali. Se questi principi sono insegnati sin dall'infanzia, il bambino e, più tardi l'adulto, avranno naturalmente il rispetto per il loro prossimo. Come l'aveva sottolineato il dr. Brandt, «uno sport non è la lotta di una squadra contro l'altra, ma un'azione comune o il bel gioco degli uni, favorisce o rende possibile, il bel gioco degli altri». Quindi la nozione di campione deve cedere il posto ad una nozione più semplice e meno adattata, quella del vincitore. Se ammettiamo l'idea che lo sport rappresenta un esercizio sociale per l'attività fisica a qualsiasi livello esso sia eseguito, allora bisogna evitare ad ogni costo di coltivare lo spirito campanilistico, causa lontana di conflitti.

Sorvegliando costantemente il percorso del pallone, partecipando continuamente all'azione, il giocatore ha in più il sentimento reale di servire a qualche cosa in una partita di palla-rimpallo, di costituire uno degli ingranaggi indispensabili al buon funzionamento di un gruppo sociale ridotto: la squadra.

Molti sport sviluppano l'aggressività. Le regole della palla-rimpallo sono state concepite affinché l'aggressività interpersonale sia ridotta al minimo.

Promuovere delle attitudini positive tra sportivi di tutti i livelli e di tutte le categorie, proseguire un'azione sociale e permettere di orientare gli spiriti verso la perfezione, evitando al massimo il gesto negativo nei confronti dell'avversario; sono gli scopi principali perseguiti dal dr. Hermann Brandt, scopi che ha cercato di realizzare nella concezione di questo nuovo gioco: la palla-rimpallo. Ha esposto le sue idee in un libro: «De l'éducation physique au sport par la biologie» (Médicine et Hygiène, éditeur, Genève), e nel «Etude critique scientifique des Sports d'Equipe base du tchoukball» (Edition Roulet & Cie, 6 bis. bd. des Promenades, Carouge GE), quest'ultimo gli è valso il premio mondiale d'educazione fisica rilasciato dalla FIEF (Federazione Internazionale d'Educazione Fisica).

Presentazione

Théo Werey

Professore d'EIS

alla facoltà di Medicina di Strasburgo

Allenamento di un portiere di calcio

1. Storia

Il dr. Hermann Brandt di Ginevra ha fatto, durante numerosi anni, degli studi e delle esperienze sull'insieme delle conoscenze scientifiche d'applicazione pratica nel campo delle attività fisiche. In Svizzera, nel 1928, crea in seno alla Federazione di ginnastica il controllo medico sportivo che estende, con la sua perseveranza dal Cantone di Ginevra e all'intero paese. Introduce in Svizzera anche la pallavolo e la pallacanestro femminili. In Francia gli viene attribuita, già nel 1938, la dignità di membro consigliere d'onore della Società francese di cinesiologia, quale riconoscimento per i servizi resi; nel 1960 il governo francese lo nomina ufficiale del Merito sportivo [1].

I suoi studi e le sue esperienze raggiungono l'apice con la pubblicazione di un libro intitolato «De l'éducation physique aux sports par la biologie» [2].
La conclusione formale di queste ricerche dimostra che le attività fisiche non possono trovarsi legittimate che in funzione delle loro possibilità educative. Partendo da questi principi, il dr. H. Brandt presenta, al primo concorso internazionale di letteratura sulla teoria dell'Educazione fisica (Premio Thulin), uno studio critico-scientifico degli sport di squadra [3], e il 16 agosto 1970, nell'Aula dell'università di Lisbona, è laureato del famoso premio mondiale. L'espressione pratica delle sue idee è la palla-rimpallo, sport di squadra dove la pelota basca si armonizza con la pallamano e diventa innanzitutto uno sport non aggressivo.

La prima Federazione di palla-rimpallo fu la francese (27 febbraio 1971) a Mundolsheim (Basso-Reno), seguita dalla Svizzera (18 aprile 1971) a Ginevra, infine, la Federazione internazionale di palla-rimpallo (tchoukball) nasce il 5 giugno 1971 a Gunzgen (Svizzera). Il primo incontro internazionale è organizzato dalla Federazione svizzera sotto l'egida della FITB il 31 ottobre 1971 a Ginevra. Questo incontro opponeva in un gioco monopolare la Svizzera e la Francia; vede la vittoria dei francesi per 53 a 49. Era la consacrazione della palla-rimpallo.

2. Basi e vantaggi

Questa attività fisica parte da un assioma di base: rendere lo sport educativo per il maggior numero di persone. Così la palla-rimpallo è stata concepita per poter essere giocata quale attività fisica familiare, come sport o gioco di piacere e di rilassamento e infine come gioco di competizione. Alcuni vantaggi offerti dalla palla-rimpallo:

— Gioco non aggressivo, creato per permettere incontri positivi fra individui e nazioni.

— Le regole obbligano i giocatori a rispettare gli avversari che non possono essere ostacolati con degli interventi brutali che spesso sono delle vere aggressioni. Questo sistema di difesa dimostra poca intelligenza e denota una netta inferiorità tecnica. Al contrario, lasciando giocare l'avversario, e lasciandolo libero nelle sue evoluzioni, permettendogli di tirare nel quadro, il giocatore di palla-rimpallo dovrà prevedere le azioni e le reazioni degli avversari così come le possibilità di tiro disponendosi sul terreno in rapporto a questi fattori per poter prendere il pallone. Questo domanda un po' più di riflessione e psicologia, l'effetto educativo è in rapporto diretto con queste sollecitazioni.

— Evitando la corsa al gigantismo come per la pallacanestro, la pallamano e la pallavolo, la palla-rimpallo autorizza ogni giocatore ad esprimersi con le proprie capacità sia fisiche sia intellettuali.

— L'occupazione del terreno è importante (due squadre di 6 giocatori sulla metà di un terreno di pallamano), ciò che è redditizio dal punto di vista pedagogico.

— Dal momento che il pallone non deve toccare il terreno, è evidente che il gioco potrà essere effettuato in palestra, sulla spiaggia, su di un prato o su un terreno in terra battuta.

— Essendo le regole semplici al massimo, non vi sarà nessuna difficoltà d'assimilazione e per questo motivo è un gioco accessibile a tutti.

1) Revue éducative physique et médicine, no. 13, octobre 1938

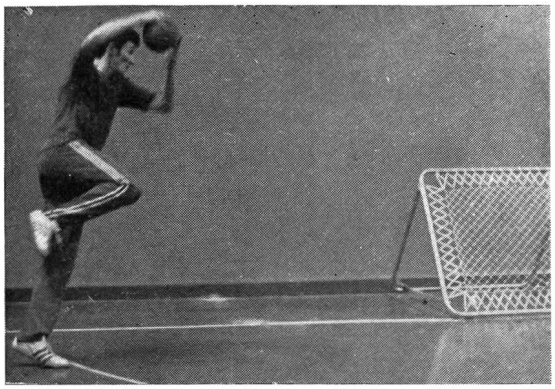
2) Ed. Médicine et Hygiène, Genève

3) Ed. Roulet, Genève

La tecnica

È necessario prendere in considerazione cinque punti differenti:

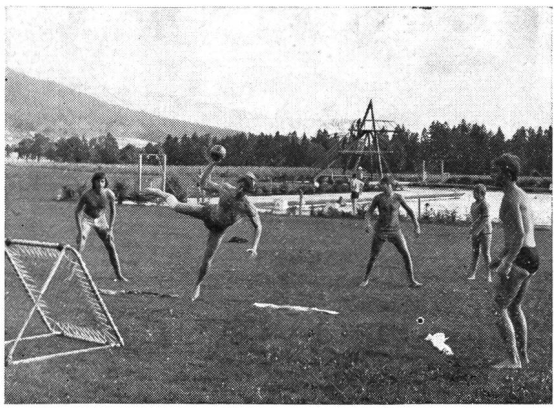
— il tiro
— la ricezione
— i passi
— il passaggio
— l'appostamento

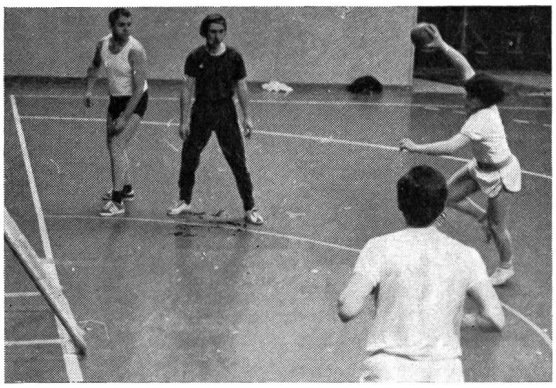


A. Il tiro

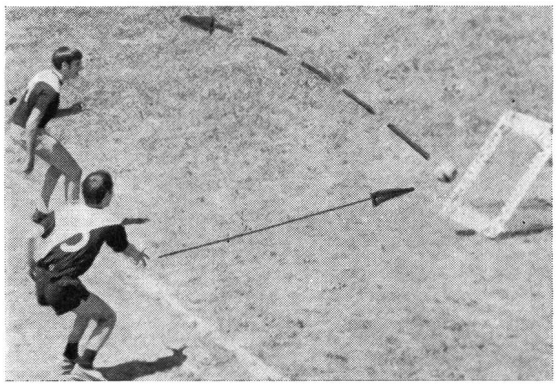
Scopo del tiro è di raggiungere, tramite il quadro di rimbalzo, un punto preciso del terreno, di regola inoccupato. Siccome il quadro rinvia a «specchio», il giocatore dovrà padroneggiare almeno due tiri che costituiscono i tiri di base:

1. Un tiro dall'alto al basso allo scopo di far rimbalzare il pallone con forza, vicinissimo alla linea che forma il semicerchio di zona proibita. Il tiro si effettua di regola in sospensione.





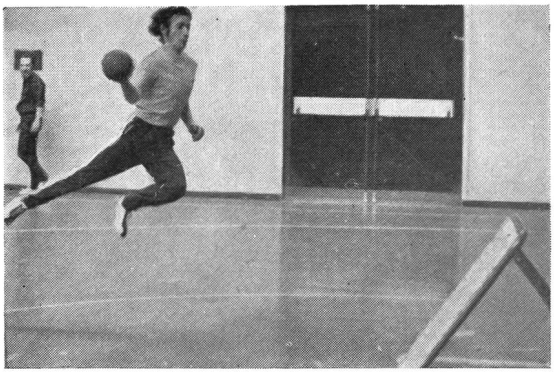
2. Un tiro dal basso all'alto, partendo all'altezza del ginocchio, per cercare uno spazio in fondo al campo, a seconda dei posti occupati sul terreno dai giocatori.



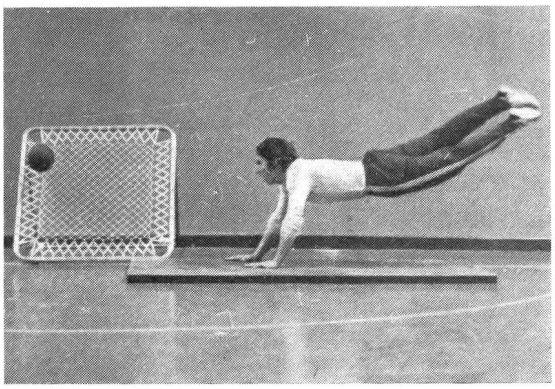
I due tiri di base dovranno essere completati con:

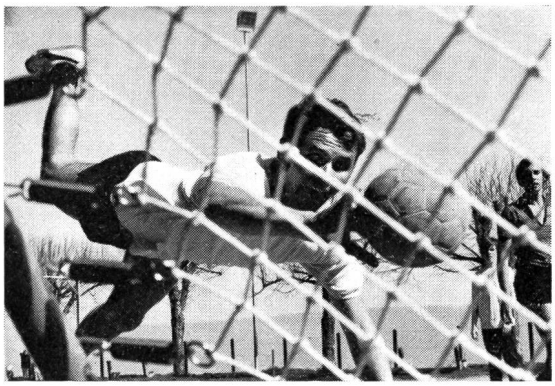
a) Un tiro orizzontale, ma con spostamento, per giungere a un rovesciamento dell'asse di gioco (centravanti), sarà necessario poterlo eseguire a due mani.

b) Un tiro in sospensione con ricezione in sospensione, dunque senza tornare in appoggio al suolo (centravanti).

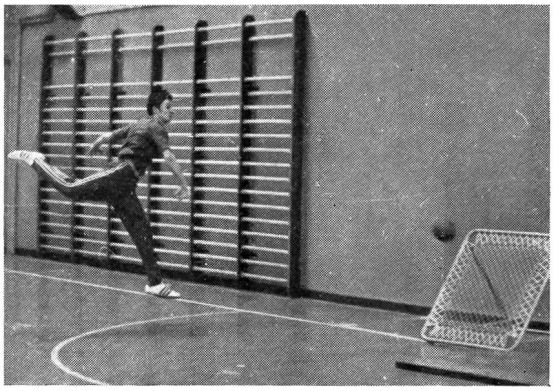


c) Un tiro in tuffo parallelo al suolo, ciò per far rimbalzare la palla lungo la linea di fondo (ali).





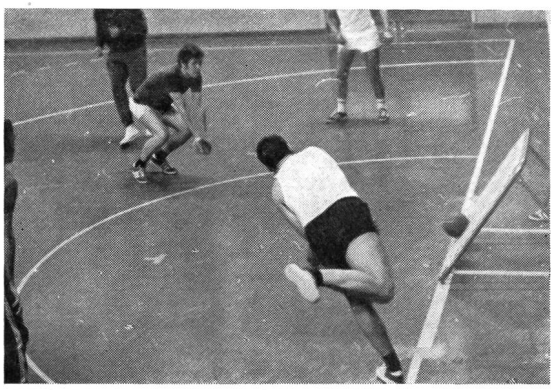
d) Un tiro lanciato in sospensione dal basso all'alto e dall'alto al basso (arretrati).



B. La ricezione

La ricezione del pallone dev'essere esercitata in vista del controllo di un passaggio ma anche, in modo particolare, come unico atto di difesa autorizzato al momento del ritorno del pallone dopo un tiro sul quadro di rinvio. L'importanza di questo lavoro è primordiale poiché ogni caduta del pallone al suolo provoca la perdita del pallone o un punto per l'avversario.

a) Ricezione del passaggio: cercare di afferrare il pallone più lontano possibile in avanti e con le due mani, riportandolo in seguito verso il petto smorzando la sua velocità.



b) Difesa: palle in traiettoria lunga, di ritorno dal quadro di rimbalzo, vengono bloccate come fossero passaggi. Al semicerchio sarà necessario ricevere il pallone con le due mani molto aperte, andando a coglierlo, se possibile, sopra la zona proibita.

C. I passi

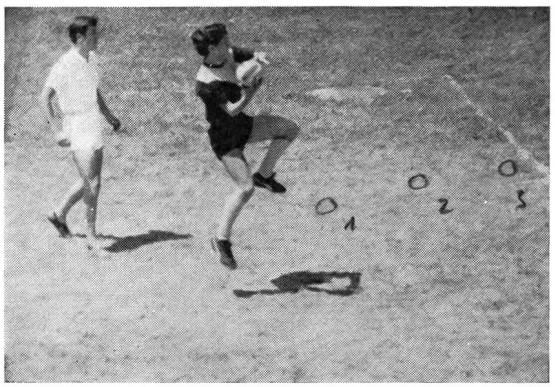
Sono autorizzate tre impronte al suolo. Occorrerà quindi ben spiegare ai giocatori le tre possibilità a loro offerte:

1. Ricezione con i due piedi al suolo: un solo spostamento di piede è ancora possibile.

2. Ricezione con un piede al suolo: possono essere effettuati due appoggi con i piedi.

3. Ricezione in sospensione: sono autorizzate tre impronte, sia sinistra-destra-sinistra, sia destra-sinistra-destra.

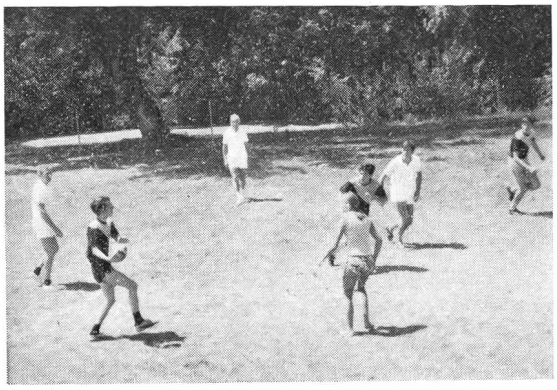
   È dunque vantaggioso abituare i giocatori a passare a un compagno di squadra in spostamento ed evitare fino alla zona i passaggi ai giocatori immobili. Il giocatore a cui perviene il passaggio dovrà ricevere il pallone in sospensione allo scopo di poter disporre delle tre impronte autorizzate.



D. Il passaggio

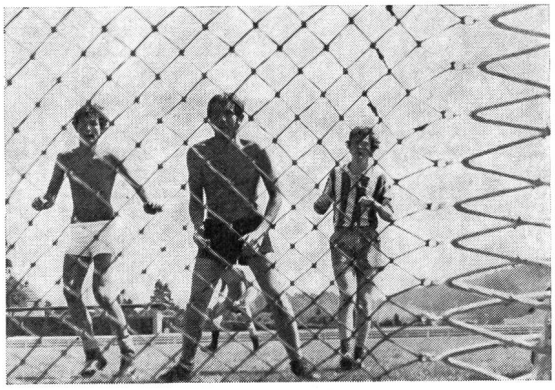
Un buon passaggio può sembrar facile, ma in definitiva richiede una grande precisione, sia nella direzione sia in forza, e deve pure essere eseguito con intelligenza poiché dovrà giungere al punto e al momento più propizi ed efficaci, dunque di regola dal lato della zona dove vi sono più giocatori, e cioè all'opposto delle parti di terreno libero. Sarà necessario avere la possibilità di passare con la mano destra, con la sinistra e anche con le due mani.

Sarà pure esercitata l'anticipazione poiché la palla deve arrivare non sul compagno di squadra, ma nel luogo ove costui potrà meglio utilizzarla.



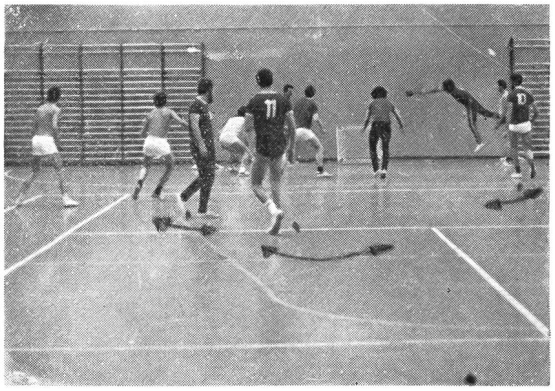
E. L'appostamento

La posizione dei giocatori sarà quella di tutti gli sport collettivi, ovvero sulla punta dei piedi, le gambe leggermente flesse, il corpo inclinato in avanti. questa posizione permette uno spostamento rapido.



L'appostamento dei giocatori dipenderà dalla difesa impiegata: a zona, a marcamento individuale.

1. Marcamento a zona: il giocatore in difesa fluttua nella sua zona, unicamente secondo la posizione del pallone. Sarà dunque in spostamento ogni volta che la palla cambierà posto rispetto al quadro di rimpallo. Un giocatore immobile e un giocatore che non segue il gioco.



2. Marcamento individuale: contrariamente alla nozione abituale di difesa «a uomo», che implica un corpo a corpo fra due giocatori, il difensore si sposterà «a specchio» rispetto al giocatore che deve sorvegliare: non ci saranno quindi contatti.

Conclusioni

Queste brevi note sulla palla-rimpallo permetteranno, speriamo, di meglio capire un gioco-sport che può dare molto alla pedagogia moderna, dunque all'uomo.

La tattica

La tattica deve tener conto di due fattori essenziali:

1. Il terreno inoccupato deve essere il luogo di caduta del pallone che torna dal quadro di rimpallo. L'insieme della squadra dovrà quindi essere capace di vedere rapidamente il luogo lasciato libero dalla squadra avversaria e far pervenire il pallone al compagno meglio appostato per far rimbalzare il suo tiro nella zona in questione.

2. L'autorizzazione di rimanere immobile sul posto. Ciò implica la possibilità di effettuare bloccaggi, ma occorre aggiungere subito che, per non violare lo spirito stesso del gioco, il fatto di recarsi per bloccare un giocatore che sta per ricevere un passaggio è considerato fallo volontario. L'appostamento del giocatore dovrà quindi avvenire prima che il suo avversario più vicino sia chiamato in gioco. Sembra comunque necessario far capire ai giocatori che i passaggi eseguiti parallelamente alla linea laterale non fanno spostare gli avversari. Solo i passaggi vicino a una parallela della linea di fondo obbligano gli avversari a spostarsi. I passaggi della zona arretrata in avanti dovranno essere eseguiti obliquamente in rapporto alla linea di fondo. Gli avversari, obbligati a spostarsi velocemente, commetteranno più facilmente errori d'appostamento.

Federazione internazionale di «Tchoukball» (palla-rimpallo) (FITB)

Regolamento di gioco

Si tratta di regole internazionali. Esse devono permettere di salvaguardare lo spirito di gioco, che è innanzitutto di eliminare ogni aggressività tra avversari. Queste regole sono previste per incontri internazionali e incontri di campionati nazionali. Possono essere modificate per campionati giovanili e per la pratica della palla-rimpallo sotto forma di gioco, a condizione di non violarne lo spirito.

L'arbitro di palla-rimpallo

L'arbitro è la persona incaricata dalla Federazione responsabile di far applicare le regole di gioco durante gli incontri organizzati sotto la sua egida. Deve innanzitutto tener conto dello spirito di gioco e applicare le regole con chiarezza e autorità. Il titolo di arbitro viene conferito dalla Federazione competente dopo un esame le cui prove sono fissate dalla federazione stessa.

Quattro gradi:

— arbitro cantonale (o dipartimentale)
— arbitro regionale
— arbitro federale
— arbitro internazionale

Il titolo di arbitro cantonale (o dipartimentale) è conferito dal comitato cantonale (o dipartimentale).
Il titolo di arbitro regionale è conferito dal comitato regionale.
Il titolo di arbitro federale è conferito dalla federazione nazionale.
Il titolo di arbitro internazionale è conferito dalla federazione internazionale.

La funzione dell'arbitro

Prima dell'inizio dell'incontro deve verificare:

— il campo, tracce comprese
— il quadro di rimpallo per assicurarsi se è conforme al modello accettato dalla FITB
— le licenze dei partecipanti
— la conformità del foglio d'incontro
— la tenuta dei giocatori.

Durante l'incontro:

— bada all'applicazione delle regole di gioco.

Dopo l'incontro:

— completa il foglio d'incontro e, in particolare, iscrive il risultato della partita
— iscrive sul foglio d'incontro il nome dei giocatori esclusi per tre falli volontari
— redige un rapporto in caso di eliminazione di un giocatore per fallo grave (ingiurie, percosse, ecc.).

Abbigliamento dell'arbitro

Di regola pantaloni grigi, camicia grigia, giacchetta grigia e calzature sportive.

REGOLA 1 — **Il campo**

1. Palla-rimpallo semplice
   Il campo è di forma quadrata, misura da 15 a 20 m di larghezza, da 15 a 20 m di lunghezza. Le dimensioni 20 x 20 m sono obbligatorie per gli incontri nazionali e internazionali.
2. Palla-rimpallo bipolare
   Il campo è di forma rettangolare, misura da 30 a 40 m di lunghezza e da 15 a 20 di larghezza. Le dimensioni 20 x 40 m sono obbligatorie per incontri nazionali e internazionali.
3. I lati più grandi sono chiamati linee laterali; i piccoli: linee di fondo.
4. L'area del quadro di rimpallo è delimitata da una linea di 5 cm di larghezza e che forma un semicerchio di 3 m di raggio.
5. Al centro del diametro dell'area si trova il quadro di rimpallo. Dev'essere conforme al modello accettato dalla FITB (vedi regola 10).
6. Tutte le linee fanno parte della superficie che delimitano. Esse devono essere ben visibili e misurare da 5 a 6 cm di larghezza.

REGOLA 2 — **Il pallone**

1. Il pallone è costituito da un involucro di cuoio di colore unito contenente una camera d'aria di gomma. È di forma rotonda.

2. Il pallone deve misurare da 56 a 58 cm di circonferenza e pesare da 400 a 425 grammi.
3. Prima dell'incontro ogni squadra deve presentare un pallone conforme al regolamento. L'arbitro sceglie il pallone per l'incontro.
4. Durante l'incontro il pallone può essere sostituito solo in caso di necessità.

REGOLA 3 — **I giocatori**

1. Una squadra si compone di 9 giocatori, dei quali 6 al massimo possono essere in campo. I rimanenti 3 sono le riserve. Nella palla-rimpallo bipolare la squadra si compone di 9 giocatori in campo e 3 di riserva.
2. Almeno 4 giocatori devono presentarsi all'inizio dell'incontro. Le squadre possono essere completate durante la partita. L'incontro può essere sospeso se il numero dei giocatori di una squadra è inferiore a 3.
3. I giocatori esclusi per 3 falli volontari possono essere sostituiti. I giocatori esclusi per fallo grave non possono essere sostituiti.
4. Le sostituzioni avvengono solo quando vien segnato un punto.
5. Il cambio irregolare di giocatori è penalizzato con un tiro franco dai 3 m (l'appostamento del giocatore è libero sul semicerchio).
6. L'abbigliamento dei giocatori è uniforme; sulla schiena portano un numero di 20 cm.
7. I giocatori calzano scarpette leggere e senza talloni. Sui campi erbosi sono autorizzate scarpe con tacchetti di gomma.

REGOLA 4 — **La durata dell'incontro**

1. Prima dell'inizio dell'incontro, l'arbitro procede al sorteggio in presenza dei due capitani. Il vincitore effettua la messa in gioco sulla linea di fondo opposta a quella in cui si trova il quadro di rimbalzo per la palla-rimpallo semplice, e a lato del quadro di rimbalzo di sua scelta per la palla-rimpallo bipolare.
2. La durata dell'incontro è di 3 volte 15 minuti per gli juniori e seniori maschili, di 3 volte 10 minuti per i cadetti, i minimi e per le squadre femminili juniori e seniori; di 3 volte 7 minuti per le categorie femminili inferiori.

REGOLA 5 — **Il gioco**

1. È permesso:
a) afferrare, lanciare, battere la palla in tutti i modi, con le mani, i pugni, la testa e il tronco
b) fare tre impronte al suolo con i piedi (la ricezione del pallone con i piedi al suolo conta per due impronte)
c) tenere il pallone durante 3 secondi
d) passare il pallone da una mano all'altra, anche perdendone il contatto
e) giocare in ginocchio o coricati.

2. È vietato:

a) spostarsi palleggiando con la palla, al suolo o in aria (l'errore di ricezione che non è un palleggio in aria è permesso)
b) toccare la palla con i piedi o le gambe
c) fare più di tre passi
d) mettere un piede fuori dai limiti del campo
e) lanciare intenzionalmente il pallone sull'avversario
f) lasciar cadere il pallone alla ricezione di un passaggio
g) disturbare l'avversario in qualsiasi modo durante le sue azioni di gioco (passaggio, tiro, ricezione, spostamento).

Un fallo involontario è punito con un tiro franco; un fallo volontario sarà iscritto sul foglio d'incontro e al terzo fallo del genere il giocatore sarà escluso definitivamente dal gioco.

Ogni errore al punto 1, lettere a) a e) e al punto 2, lettere a) a f) sarà punito con un tiro franco nel luogo dov'è stato commesso (breve passaggio prima di lanciare la palla nel quadro).

REGOLA 6 — **Area del quadro di rimpallo**

1. Il pallone non deve mai toccare l'area del quadro di rimpallo.
2. I giocatori non possono entrare nell'area del quadro di rimpallo (tiro franco dai 3 m sul luogo dell'errore).

REGOLA 7 — **I punti**

1. Un punto è acquisito dalla squadra il cui tiro, di ritorno dal quadro di rimpallo, non è stato ripreso dalla squadra avversaria. La rimessa in gioco viene in questo caso fatta dalla squadra che ha perso il punto.
2. Acquisisce un punto la squadra avversaria a quella il cui lancio rimbalza nell'area del quadro, all'andata o al ritorno del tiro.
3. Un punto è acquisito dalla squadra avversaria a quella che, in un tiro, manca il quadro di rimbalzo.
4. Acquisisce un punto la squadra avversaria a quella che ha lanciato in rimpallo fuori dai limiti del campo.

Osservazioni

1. Quando un giocatore tira nel quadro e la palla rimbalza su di lui, la sua squadra perde un punto.
2. Quando un giocatore tira e la palla rimbalza o è afferrata da un suo compagno di squadra, questo errore è punito con un tiro franco a favore della squadra avversaria dov'è stato commesso.
3. Quando un giocatore tira nel quadro e la palla rimbalza o è afferrata da un avversario nella zona di rinvio, questo errore è ugualmente punito con un tiro franco ai 3 m nel luogo dov'è stato commesso.

REGOLA 8 — **La rimessa in gioco**

1. Dopo l'attribuzione di un punto, la rimessa in gioco si effettua sulla linea di fondo opposta al quadro di rimpallo per il gioco semplice e vicino al quadro di rimpallo per il gioco bipolare, ma il primo tiro dovrà essere fatto sul quadro opposto a quello dov'è stata fatta la rimessa in gioco.
2. La rimessa in gioco può essere fatta con 1 o 2 mani, con 1 o 2 piedi al suolo.

REGOLA 9 — **Comportamento nei confronti dell'avversario**

È vietato disturbare l'avversario mentre effettua un passaggio, un tiro nel quadro di rimpallo o ricupera un pallone di ritorno dal quadro di rimpallo. È permesso rimanere immobile in un posto qualunque del campo. Il giocatore è considerato immobile quando i suoi piedi restano allo stesso posto e quando il suo corpo e le sue braccia non fanno alcun movimento in qualsiasi direzione.

REGOLA 10 — **Il quadro di rimpallo**

Il quadro di rimpallo è formato da un telaio quadrato di 100 cm di lato all'interno del quale vi è una rete di nylon le cui maglie hanno 4 cm di lato. I quadri devono essere accettati dalla FITB. Attualmente solo i quadri della «Société tchoukball diffusion Genève» sono omologati.

REGOLA 11

Nel bipolare il gioco deve spostarsi da un quadro all'altro dopo 3 lanci della palla sullo stesso quadro di rimpallo. Dopo un tiro franco il conteggio dei lanci è riportato a 0.