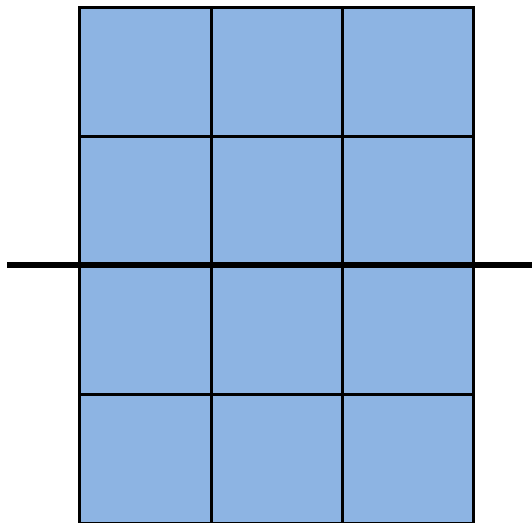


Qui sotto è rappresentato il tavolo di gioco con i settori principali




St Scambio Teso basso
P Palleggio (backspin tagliato sotto)
B Blocco
TL Topspin lento (da palla liscia o backspin)
TV Topspin veloce (da palla liscia o backspin)
CT Contro Topspin (da Topspin)

Sm Schiacciata (Smash)
Ch Chop
Lo Lob
F Flick/Flip
L Lungo
C Corto
M Metà campo

S Servizio
RS Risposta Servizio
R Rovescio
D Dritto
Li libero (continuazione libera del gioco fino al punto)
random Si gioca il colpo come si vuole a proprio piacimento
Prev. Prevalenza (o iniziativa, imposizione del proprio gioco)
PLat. Passo laterale
PGir. Passo giro

n vicino al colpo significa infinite ripetizioni uguali, (Es. 4n D B =dal quarto colpo in poi ripeto il blocco dritto all'infinito)

 allenamento multiball o cesto