

# BEACH- VOLLEY

- Kommunícera hela tiden med din partner så ni inte springer på samma boll.
- Studera motståndarna. Hur brukar de anfalla? I beachvolley går det undan, så det handlar ibland mer om att förutse vad som ska hända än att reagera på det som händer.
- Stå lite framåtlutad, på språng. Då blir du snabbare på bollen.

**Tips!** Använd vädret! Har motståndarna solen i ögonen – slå höga servar! Har ni motvind – slå lite hårdare slag, då dyker bollen lurigt!

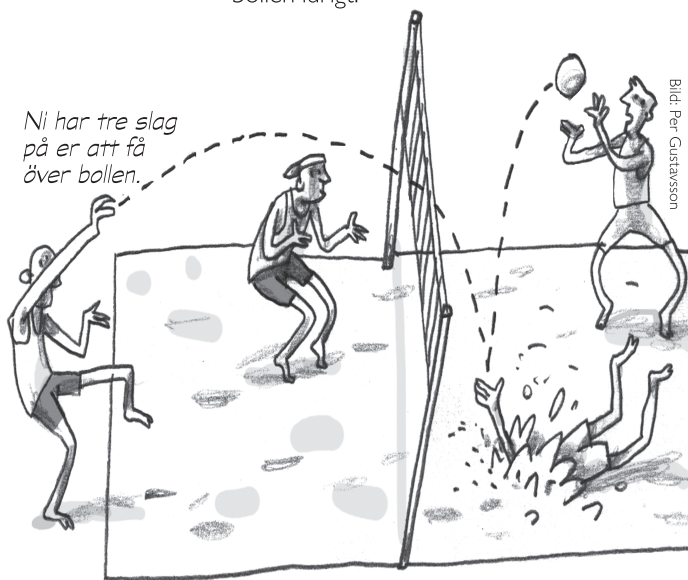


Bild: Per Gustavsson

Ni har tre slag på er att få över bollen.

*Sanden är mjuk! Tveka inte att slänga dig för att rädda en boll! Och se till att få upp bollen högt. Det ger er tid att anfalla.*