

# bonus primeiro deposito estrela bet

<p>Fundamentos do voleibol</p>

<p>Os fundamentos b&#225;sicos do voleibol s&#227;o cinco: saque, ataque,

bloqueio, levantamento e recep&#231;&#227;o.</p>

<p>Esses fundamentos s&#227;o t&#233;cnicas que come&#231;aram O , É a ser executados nos jogos e acabaram se tornando uma pr&#225;tica do v&#244;lei.</p>

<p>

<p>1.Saque</p>

<p>O saque &#233; considerado o primeiro ataque, porque O , É &#233; o fundamento que d&#225; in&#237;cio ao jogo ou ao rally - que compreende o momento em que o &#225;rbitro O , É apita at&#233;a marca&#231;&#227;o de um ponto.</p>

<p>

<p>Para executar um saque, o sacador segura a bola com uma m&#227;o e com O , É a outra bate nela para a lan&#231;ar por cima da rede em dire&#231;&#227;o

&#224; quadra advers&#225;ria.</p>

<p>Jogador fazendo um saque em O , É suspens&#227;o.</p>

<p>Se a bola tocar na quadra do advers&#225;rio, a equipe marca ponto, mas se a bola for longe e sair O , É da quadra, a equipe advers&#225;ria faz um novo saque.</p>

<p>Um saque cuja bola bata na rede, por {k0} vez, garante ponto O , É &#224;

; equipe advers&#225;ria.</p>

<p>Os principais tipos de saques s&#227;o:</p>

<p>Saque por baixo: &#233; o saque menos potente.</p>

<p>O jogador deve segurar a bola O , É com uma m&#227;o e bater-lhe com a o

utra, aberta ou fechada, fazendo um movimento de baixo para cima.</p>

<p>Saque por cima: O , É &#233; o saque mais utilizado e em que a bola &#233;

lan&#231;ada com for&#231;a.</p>

<p>Nesse tipo de saque, o jogador deve O , É lan&#231;ar a bola para cima,

com uma m&#227;o, e bater-lhe com a outra.</p>

<p>Saque em Suspens&#227;o (conhecido como &quot;Viagem ao Fundo O , É do M) T

<p>O jogador lan&#231;a a bola para cima e, saltando, bate nela como se fo

sse O , É fazer uma cortada, ou seja, num movimento de cima para baixo.</p>

<p>Al&#233;m desses, tamb&#233;m h&#225; os seguintes saques: saque latera

l e O , É saque lateral por baixo (conhecido como &quot;Jornada nas Estrelas&quot;) Tj T\*

<p>2.Ataque</p>

<p>O ataque &#233; o fundamento que geralmente finaliza um rally.</p>

<p>Existem v&#225;rios tipos O , É de ataque: ataque de bola alta nas extre

midades, ataque de bola r&#225;pida nas extremidades, ataque de bola r&#225;pida

no meio, O , É ataque de fundo da quadra, ataque de meio.</p>

<p>Cortada finalizando ataque num jogo de voleibol</p>

<p>O ataque de bola alta nas extremidades O , É &#233; considerado o mais s

eguro, porque demora mais tempo.</p>

<p>N&#227;o sendo uma jogada imediata permite aos jogadores estudarem as i