

Мастер-класс от доигровщика Андрея Сурмачевского

Источник: Пресс-служба Зенит-Казань

Дата: 25.02.2020, 10:25

Человек, который делает целые серии эйсов и уничтожает самомнение либеро наших противников, сделал подробный разбор правильной силовой подачи.

Все, кто был на наших играх, видели эйсы от Андрея. У него необычно сильная подача, с которой либеро не справляются, даже когда есть время подготовиться. Из мастер-класса вы узнаете много нового: Какие ритуалы помогают сосредоточиться Как правильно подбросить мяч Как бить сильно и точно Как ставить ноги в прыжке и приземлении Какие ошибки допускают мастера Как освещение Центра волейбола помогает ему так часто делать эйсы. Смотрите мастер-класс прямо сейчас!