

審判技術その3

ファーストレフェリー

* 姿勢と態度

3 ファーストレフェリーの動き

(2) サービス許可までのルーティーン

- ① レシーブサイドのチェック
- ② 記録席付近のチェック
- ③ サービスサイドのチェック
- ④ サーバーのチェック

ポイント

- 8秒程度で ルーティーンを作る