

# STACK ALLA BOLOGNESE



Barbara Bondi *barbondi@libero.it*  
Giacomo Tenaglia *giacomo.tenaglia@gmail.com*

Bologna, Ottobre 2004

# Indice

<b>1</b>	<b>Introduzione</b>	<b>3</b>
1.1	Cos'è lo stack . . . . .	3
1.2	Presupposti . . . . .	3
<b>2</b>	<b>Attacco</b>	<b>5</b>
2.1	Disposizione iniziale . . . . .	5
2.2	Principi di gioco . . . . .	6
2.2.1	Movimento dello stack . . . . .	6
2.2.2	Due portatori . . . . .	6
2.2.3	Scatti . . . . .	6
2.2.4	Pulire . . . . .	7
2.2.5	Lanci lunghi . . . . .	7
2.2.6	Aprire il gioco . . . . .	7
2.3	Azioni tipo . . . . .	7
2.3.1	Il primo decide . . . . .	8
2.3.2	Il 5-1 . . . . .	10
2.3.3	Il primo lungo e sequenza 2/3 . . . . .	11
2.3.4	Pigna preventiva . . . . .	11
2.4	Errori comuni . . . . .	11
2.5	Situazioni particolari . . . . .	11
2.5.1	Uscire dalla linea: il "giochino" . . . . .	11
2.5.2	Zona di meta . . . . .	12
<b>3</b>	<b>Difesa</b>	<b>14</b>
3.1	Difesa a uomo . . . . .	14
3.2	Difesa a squadra . . . . .	15
3.2.1	Switch semplici . . . . .	15
3.2.2	Switch avanzati . . . . .	15
3.2.3	Zona . . . . .	16

# Introduzione

*"Let's stack it up!" (J.Parinella)*

## 1.1 Cos'è lo stack

Quando si gioca per le prime volte ad Ultimate la sensazione predominante è che gli altri giocatori si muovano in campo in maniera del tutto casuale. Siccome non sappiamo cosa fare, siamo portati a correre a caso anche noi, e ci sembra che ricevere il disco dipenda esclusivamente dalla fortuna. Ma una vocina da dentro la testa ci continua a sussurrare "ci sarà un modo migliore". C'è, e si chiama *stack*.

Questa vuole essere una descrizione dello *stack* come è stato studiato e giocato a Bologna nella stagione 2003-2004, portando i migliori risultati che il club abbia mai ottenuto nel corso degli anni. Questa maniera di giocare *stack* è stata inoltre adottata dalla nazionale italiana ai campionati mondiali di Ultimate 2004 in Finlandia.

Si è scelto di non affrontare l'argomento dal punto di vista del principiante, data la presenza di diverso materiale al riguardo, anche sul manuale FIFD, quindi è richiesta un minimo di familiarità con concetti e regole base dell'Ultimate per cogliere appieno l'essenza di questa tattica di gioco.

Lo *stack* è uno schema d'attacco e, come la maggior parte degli schemi d'attacco, ha lo scopo di creare spazio in campo. Il principale vantaggio dello *stack* è di creare tante diverse zone di campo (aperta, coperta, lungo, dump) dove gli attaccanti possano proporsi per ricevere il disco, dando al lanciatore la possibilità di scegliere tra più opzioni contemporaneamente.

## 1.2 Presupposti

L'Ultimate è un gioco di *fusso*: un buon attacco è caratterizzato da passaggi veloci in sequenza che muovono il disco velocemente verso la meta.

Per rendere efficace un attacco basato sullo *stack* è necessario partire da alcuni presupposti di base. Tali presupposti si riassumono principalmente in quattro imperativi:

**Guarda!** Ogni attaccante deve guardarsi intorno *continuamente*, e non si deve limitare a guardare il disco, ma deve anche guardare gli altri compagni, le zone di campo libere e i difensori.

**Buca!** La squadra deve saper fare arrivare il disco dalla parte coperta senza troppo sforzo. Questo si puo' realizzare direttamente bucando con lancio "inside-out", o con il caro vecchio *dump-&swing*, a seconda dell'abilità del lanciatore.

**Anticipa!** Tutti i lanci devono essere fatti nello spazio appena il giocatore a cui si vuole lanciare inizia lo scatto (o dopo la finta), per sfruttare il momento di massimo vantaggio sul difensore.

**Ordine!** L'ordine in campo è fondamentale, ed è responsabilità di ogni giocatore cercare di mantenerlo il più possibile: anche lo *stack* da manuale infatti puo' degenerare nel tristemente famoso "bulirone"<sup>1</sup>, e il passo è veramente breve.

Il corollario a questi presupposti è il fatto di lanciare lungo, cosa non fondamentale ma utilissima per realizzare alcune delle "azioni tipo" che vedremo più avanti.

Fino a poco tempo fa era convinzione comune che giocare *stack* fosse una prerogativa delle squadre dotate di giocatori atleticamente superiori: non è assolutamente vero! Giocato con intelligenza (utilizzando il buco sistematico, il *dump&swing*, ecc...) lo *stack* porterà buoni frutti praticamente a qualunque squadra lo adotti.

---

<sup>1</sup>fenomeno conosciuto anche come "giocare alla viva il parroco", o "paglione".

# Attacco

“Attack!” (Mimi Ayuara)

## 2.1 Disposizione iniziale

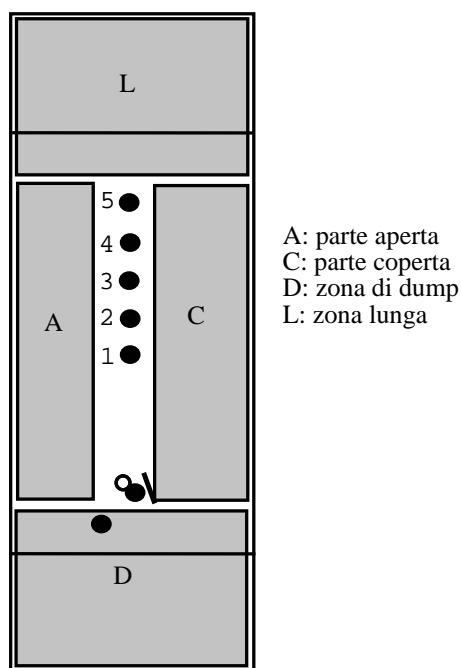


Fig. 1

Quando si gioca *stack*, vi sono due diversi ruoli da ricoprire in campo: portatori o “parte dello stack”.

Inizialmente ci si dispone in campo con due portatori e una fila<sup>1</sup> di cinque persone perpendicolari alla larghezza del campo, a circa 15 metri dal disco, con uno spazio di 1-1,5 metri tra i giocatori.

Lo stack è solitamente disposto dietro alle spalle di chi marca il disco, in modo da

<sup>1</sup>in realtà la traduzione corretta di “stack” sarebbe “pila”, ma rende poco l'idea (oltre ad essere troppo spesso utilizzata come sinonimo di “batteria”). Generalmente si preferisce utilizzare il termine inglese.

trovarsi sulla linea di demarcazione tra parte coperta e parte aperta. Se all'inizio dell'azione d'attacco il disco si trova vicino ad una linea laterale, lo stack si deve disporre in *diagonale*, per creare più spazio davanti al lanciatore.

È importante che lo stack sia *corto*, cioè che non occupi eccessivamente la lunghezza del campo, in modo da poter lasciare più spazio libero possibile per gli scatti lunghi.

Per comodità si numerano i giocatori nello stack a seconda della posizione iniziale: il più vicino al disco è "1", il più vicino alla meta è "5".

## 2.2 Principi di gioco

Di seguito vengono presentate quelle che sono le principali linee guida da seguire quando si gioca *stack*.

### 2.2.1 Movimento dello stack

Uno dei concetti base è che lo stack non è semplicemente una disposizione iniziale per i primi passaggi, ma va riformato e adattato ai movimenti del disco: se viene effettuato un passaggio i giocatori che costituiscono lo stack devono immediatamente riposizionarsi di fronte al giocatore che lo ha appena ricevuto, in modo da poter ricreare gli spazi necessari a scattare.

### 2.2.2 Due portatori

I portatori devono essere *sempre* e *solo* due: uno con il disco in mano e uno in posizione di *dump*. Quest'ultimo giocatore deve posizionarsi dietro la linea del disco dalla parte aperta, e con un'angolazione di 45 gradi rispetto al portatore con il disco (vedi fig. 1)<sup>2</sup>.

Si può scegliere se utilizzare due portatori fissi (presumibilmente i due lanciatori migliori della squadra), oppure se cambiarli in continuazione: in questo caso è consigliabile adottare un sistema rigido, per evitare di creare confusione in campo e di "intasare" la zona di campo intorno al disco. Ad esempio si può decidere che dopo il lancio chi lo ha effettuato si posizioni in *dump*, e chi prima era in *dump* torni in *stack*<sup>3</sup>.

### 2.2.3 Scatti

I giocatori che costituiscono lo stack devono scattare per poter ricevere il disco. Per quanto riguarda le tipologie di scatto non ci sono movimenti consigliati più di altri, l'unica cosa da tenere a mente è *fare le finte*: qualunque scatto deve essere preceduto infatti da un cambio di direzione ad angolo *acuto*, fondamentale per smarcarsi correttamente.

Anche il tempismo è fondamentale: uno scatto deve iniziare nel momento in cui un altro giocatore sta per ricevere il disco. In questo modo si garantisce il flusso e si dà la possibilità di lanciare nello spazio.

---

<sup>2</sup>vedi anche "La legge del quadrato", sezione 3.1.1 del manuale FIFD

<sup>3</sup>tecnica adottata dalla nazionale Svedese ai mondiali del 2000, dove si classificò al secondo posto.

Gli scatti devono sfruttare lo spazio creato dallo stack in maniera intelligente, cioè devono fornire al lanciatore più opzioni contemporaneamente.

La situazione ideale è che ci sia la possibilità di dare un dump, un passaggio dalla parte aperta, un buco dalla parte coperta e un lancio lungo (per un totale di ben *quattro* opzioni!): l'uomo con il disco potrà tranquillamente scegliere il lancio adatto a seconda della situazione in cui si trova.

### 2.2.4 Pulire

Se dopo lo scatto non si riceve il disco, la cosa peggiore da fare è rimanere fermi in mezzo al campo (magari dalla parte aperta), bloccando i passaggi agli altri compagni di squadra: lo scatto infatti va terminato *tornando in stack*. In questo modo si ottiene il duplice scopo di “ricaricare” lo stack, pronti a scattare di nuovo, e di “pulire” la zona di campo in cui siamo appena scattati, dando modo agli altri giocatori di scattare liberamente.

Il punto migliore dove tornare in stack è il fondo dello stack, e il modo migliore per raggiungere il fondo dello stack è correre al 100% sulla linea laterale, possibilmente dalla parte coperta.

Anche dopo aver lanciato bisogna evitare di stare fermi a guardare l'esito del proprio lancio: la cosa da fare è “accendere il cervello” e andare di corsa in posizione di dump o ricaricare lo stack.

### 2.2.5 Lanci lunghi

Per una squadra che voglia giocare ad alti livelli essere pericolosi anche nel gioco lungo è molto importante: troppo spesso ci si “fossilizza” sugli scatti verso il disco e si dimentica che se il lanciatore è esperto da metà campo in poi un lancio lungo significa quasi sempre un punto facile.

### 2.2.6 Aprire il gioco

Ogni giocatore dovrebbe saper bucare senza troppe difficoltà per sfruttare lo scatto dalla parte coperta (sicuramente meno marcato rispetto a quello dalla parte aperta).

Se un giocatore riceve il disco dalla parte coperta il resto dello stack si troverà in vantaggio rispetto ai difensori, e ci sarà modo di continuare il flusso. Inoltre il lanciatore avrà alcuni attimi in cui sarà smarcato, e potrà lanciare lungo con facilità.

Nel caso in cui si utilizzi dump&swing, è importantissimo il tempismo: se lo scatto a ricevere lo swing tardasse troppo otterremmo solamente il pessimo risultato di far retrocedere il disco verso la propria area di meta.

## 2.3 Azioni tipo

Ci possono essere vari moduli di gioco con cui giocare *stack*, l'importante è che tutta la squadra sia a conoscenza di quello che viene utilizzato e si muova in sintonia.

Quelle che vengono riportate di seguito sono azioni tipo, in cui si dovrebbe fare meta con tre/quattro passaggi: essendo tali situazioni ideali non tengono conto delle

mille variabili e imprevisti che possono avvenire in una partita. La disposizione iniziale è sempre quella spiegata in precedenza.

In ogni disegno schematico l'attacco deve segnare la meta dal basso verso l'alto.

### 2.3.1 Il primo decide

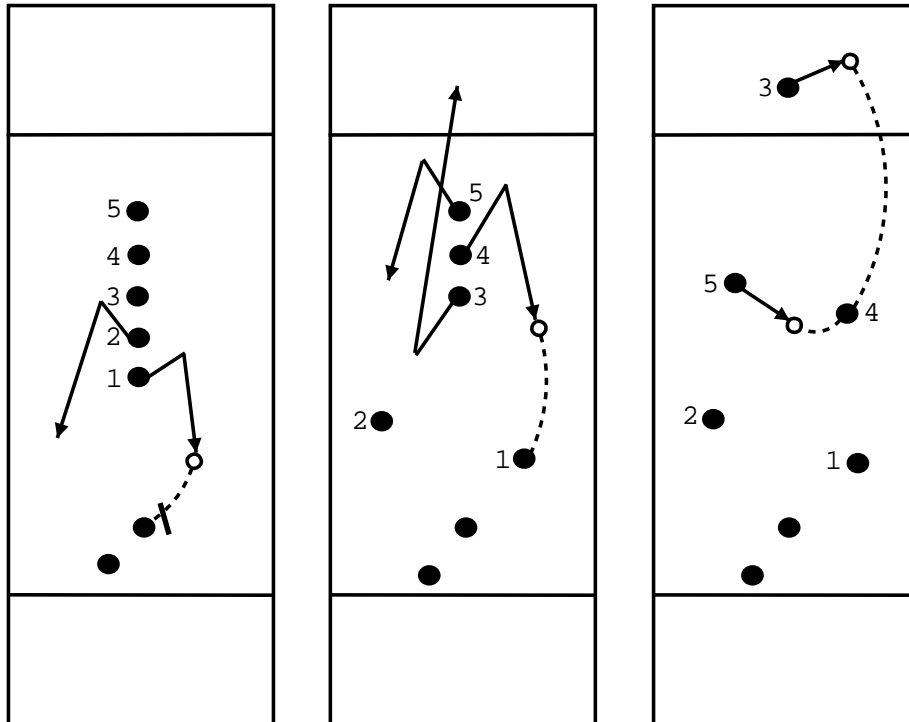


Fig. 2(a)

Fig. 2(b)

Fig. 2(c)

- 1 è accoppiato con 4.
- 2 è accoppiato con 5.
- 3 fa da "jolly" (può aiutare corto o andare lungo).

Il primo dello stack decide in che zona (aperta o coperta) fare lo scatto e quasi contemporaneamente il secondo va dalla parte opposta (è importante che i due scatti siano quasi simultanei sia per dare due possibilità al lanciatore, sia per confondere la difesa). Lo scatto è verso il lanciatore.

Normalmente 1 va dalla parte coperta: è necessario perché il suo difensore occupa la parte aperta e lo aspetta "a braccia aperte" in quella zona. Comunque a seconda della situazione si può decidere in che zona sia meglio scattare, la cosa importante è che quando 1 ha deciso in che parte andare *non può più cambiare idea*, anche se non si riesce a smarcare! Se decidesse di cambiare direzione andrebbe a sovrapporsi allo scatto di 2. In questo caso lo scatto di 1 non serve per ricevere il disco ma per farsi seguire dal difensore e lasciare lo spazio libero per gli altri.

È buona norma iniziare bucando subito la difesa, sia con un inside out o con l'aiuto del dump&swing, in modo tale da avere tutta la zona libera visto che i difensori si trovano dalla parte opposta.

Mettiamo il caso che 1 sia andato nella parte coperta e 2 in quella aperta, e che 1 abbia ricevuto il disco.

4 (che è il suo compare) ha seguito lo scatto di 1 prendendo il tempo giusto: nel momento in cui 1 ha il disco in mano 4 sta già facendo uno scatto incontro libero e riceve il disco.

Nel frattempo 3 ha iniziato a correre lungo.

A questo punto 4 può lanciare direttamente lungo su 3 oppure ha l'alternativa di 5, che può servire facilmente 3 in meta.

Il compito di 3 (che è il jolly) è importantissimo: inizialmente si deve sparare lungo ma può servire da corto nel caso lo stack venga difeso bene e sia 1 che 2 siano marcati stretti e non riescano a ricevere il disco.

Una possibile variazione è:

- 1 è accoppiato con 3.
- 2 è accoppiato con 4.
- 5 è il jolly.

La scelta del modulo da utilizzare dipende dalla squadra: scegliere 5 come jolly (che è l'ultimo dello stack) è un gioco più prevedibile per la difesa e probabilmente più marcabile, però così facendo lo scatto lungo è molto più breve e pratico.

Tendenzialmente, viste le mille varianti che si possono attuare e le diverse situazioni che si possono creare nel corso di una partita, questo è un modulo di gioco che può essere attuato sempre e che risulta sempre vincente.

## 2.3.2 Il 5-1

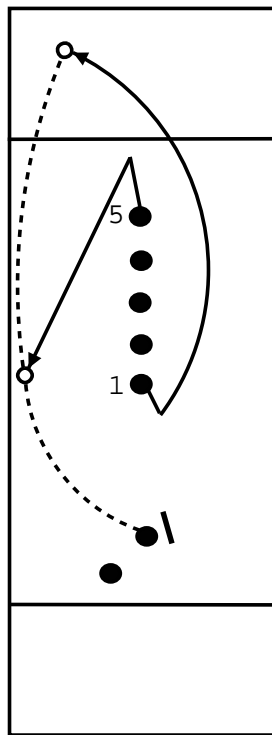


Fig. 3

L'azione inizia con 1 che fa una finta dalla parte aperta (di pochi metri o solo con il corpo per far credere al difensore che vuole andare a prendere il disco verso) e poi fa uno scatto lungo dalla parte coperta.

A questo punto 5 fa uno scatto verso il disco dalla parte aperta (lo scatto è *diagonale largo*, quasi a ricevere sulla linea laterale).

5 riceve il disco e lancia lungo a 1, che nel frattempo sta continuando lo scatto e correndo in meta.

Non sempre si riesce a lanciare subito lungo, per diversi motivi (il difensore di 5 può aver fatto switch su 1, marcando bene la zona di meta). Si possono quindi attuare varie soluzioni, le principali sono:

- 1 fa uno scatto incontro a 5.
- 5 da un dump (seguito da uno swing) e si ribalta il gioco.

In questo modo anche se lo schema non è stato portato a termine si sono guadagnati metri in verticale e ci si è avvicinati alla zona di meta avversaria.

Questo modulo di gioco, più che uno schema da utilizzare sempre, può essere utilizzato *una tantum* nel corso di una partita per spiazzare la squadra avversaria. Se fatto bene porta a far meta in poco tempo e in pochi passaggi. In più è riposante per la squadra visto che solo tre persone toccano il disco, e di queste solo due fanno uno scatto.

### 2.3.3 Il primo lungo e sequenza 2/3

È un ibrido tra “5-1” e “Il primo decide”.

1 scatta lungo dalla parte coperta, 2 decide da che parte fare lo scatto verso il lanciatore e 3 va dalla parte opposta. Si può scegliere se procedere in sequenze (le coppie sono 2-4 e 3-5), o lanciare direttamente lungo su 1.

È un altro modulo di gioco per spiazzare la difesa e non essere prevedibili<sup>4</sup>.

### 2.3.4 Pigna preventiva

Il portatore che gioca il primo disco lancia lungo su 5 che sta correndo in meta.

Modulo di gioco utilizzato dalla nazionale italiana ai mondiali in Finlandia ma che può essere utilizzato da una qualsiasi squadra che non possieda lanci lunghi precisi con lo scopo di far credere all'avversario di poter giocare lunghi con facilità, ed evitare così di essere marcati stretti in anticipo.

Può essere utilizzato all'inizio della partita e solo per 1 o 2 punti, siccome non ha una statistica di esecuzione sempre favorevole.

## 2.4 Errori comuni

Quando si gioca *stack*, capita spesso di commettere alcuni errori che compromettono la riuscita dell'attacco: vediamo i principali.

**3 portatori:** il portatore dalla parte coperta riesce a fare un doppio danno: coprire buco e swing contemporaneamente. Tornare in stack!

**2 scatti uguali:** sarà praticamente impossibile ricevere un disco in una zona di campo in cui ci sono altre tre persone. Guardare gli altri!

**1 solo scatto:** se chi marca il disco copre bene l'unica opzione a disposizione del lanciatore il conteggio sale e si deve azzardare un lancio difficile. Guardare gli altri!

**Stack esaurito:** tutti sono dietro al lanciatore e nessuno può ricevere il disco verso la zona di meta. Tornare in stack!

**Staticità:** non bisogna rimanere fermi nella stessa posizione dopo aver lanciato.

## 2.5 Situazioni particolari

### 2.5.1 Uscire dalla linea: il “giochino”

Finora abbiamo parlato di azioni tipo in cui il portatore con il disco inizia il gioco da una posizione centrale del campo.

Sicuramente giocare dal centro del campo è una condizione ideale per qualsiasi modulo di attacco perché permette di avere più zone a disposizione per lanciare. Purtroppo non sempre ciò avviene: soprattutto durante lo svolgersi della partita un giocatore si troverà chiuso in linea e nella condizione di dover lanciare in una zona aperta ristretta.

---

<sup>4</sup>spesso si dice anche “giocare come i matti”.

La soluzione, sia che il problema si presenti a gioco fermo, dopo un pull, o durante l'azione di gioco è quella di utilizzare il *giochino* per uscire da questa situazione scomoda.

Nel giochino inizialmente sono coinvolti il lanciatore e il dump, che in questo caso non è posizionato a 45 gradi, ma si trova a 7-8 metri dal portatore con il disco, perpendicolarmente alla linea laterale. Gli altri giocatori si dispongono in uno stack diagonale e non intervengono nell'azione fino a quando il giocatore-dump non ha ricevuto il disco. Il giocatore - dump, a seconda di come è disposto il suo difensore puo' ricevere il disco dietro (in dump, fig. 4(a)) o davanti (lungo la linea, fig. 4(b)). Lo scatto successivo dovrà essere finalizzato ad alimentare il flusso: nel caso in cui la ricezione sia avvenuta dietro la linea del disco, il primo dello stack scatterà dalla parte coperta a ricevere uno swing largo, se invece il disco è stato ricevuto lungo linea in avanti, sarà il secondo dello stack a scattare dalla parte aperta.

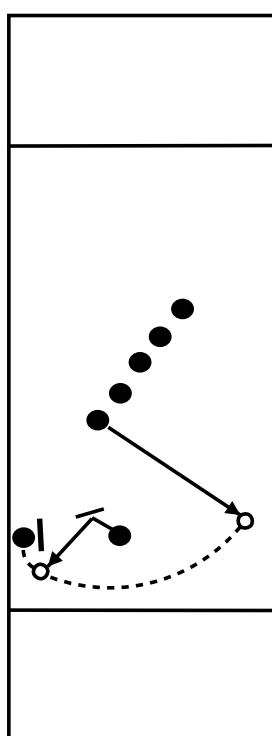


Fig. 4(a)

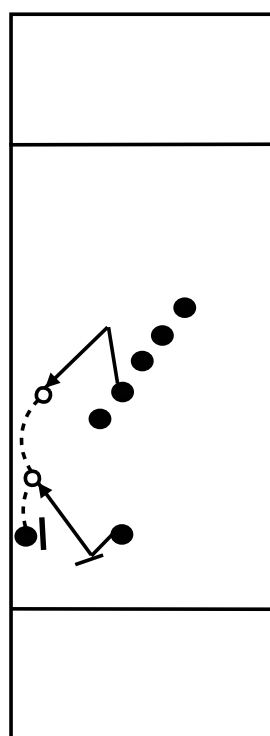


Fig. 4(b)

### 2.5.2 Zona di meta

In una situazione ideale, ossia in una situazione in cui c'è flusso (come nelle azioni tipo sopra descritte), dalla tre quarti di campo fino alla meta *solo un giocatore* dovrebbe scattare lungo e rendersi pericoloso per ricevere il disco<sup>5</sup>. Facendo giocare solo un uomo dalla tre quarti in poi la possibilità di fare meta aumenta notevolmente in quanto si creano le condizioni favorevoli all'uno contro uno e il giocatore ha la possibilità di ricevere il disco ovunque in uno spazio non ostacolato da altri compagni.

<sup>5</sup>Nella finale dei mondiali 2004 in Finlandia sia Stati Uniti che Canada applicavano alla lettera questo concetto: la sideline avvertiva chi era in campo che il disco era vicino alla meta, e solo un giocatore scattava lungo mentre gli altri sei si fermavano: la meta era quasi sempre segnata.

In una situazione reale o una situazione in cui c'è stato un turnover e il disco deve essere giocato vicino alla meta in cui si deve segnare, si possono attuare varie strategie:

- Solo 2 due giocatori si dispongono in uno stack in meta, è presente un dump che aiuta in caso di bisogno, mentre gli altri compagni cercano di stare fuori dal gioco stando lontani dalla meta. Normalmente il primo decide da che parte andare e il secondo va dalla parte opposta, la terza opzione è data dal dump.
- 5 giocatori si dispongono in uno stack in meta, e un giocatore in dump. In questo modo si vengono a trovare molti giocatori in poco spazio: sarebbe bene che la squadra adottasse schemi e stratagemmi per potersi muovere in sincronia e cogliere alla sprovvista l'avversario. Il lanciatore deciderà e comunicherà ad alta voce alla squadra quale schema usare.

Un esempio può essere il cosiddetto "Mosè": il primo dello stack fa uno scatto deciso verso una linea laterale, il secondo fa lo stesso ma dalla parte opposta lasciando così libero un corridoio per il terzo che farà meta, con uno scatto dritto e deciso verso il lanciatore (vedi fig. 5).

Un'altra valida scelta è un semplice dump&swing, dove la meta viene segnata dall'ultimo dello stack che scatta con convinzione verso un cono della meta nella parte coperta nel momento in cui il lanciatore fa il passaggio al dump.

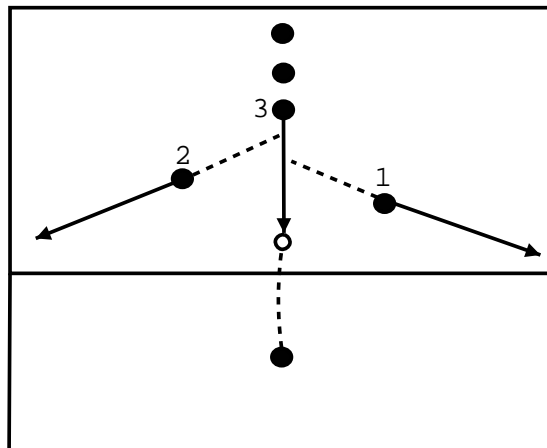


Fig. 5

# Difesa

*"Alè la defense!" (Nasser)*

## 3.1 Difesa a uomo

È la difesa più semplice, che può essere utilizzata da squadre inesperte o squadre senza un affiatamento collettivo sviluppato.

I difensori che marcano gli attaccanti in stack, si dispongono tutti in anticipo per bloccare gli scatti incontro al disco, mentre l'ultimo difensore si dispone dietro le spalle dell'ultimo giocatore dello stack per impedire lo scatto in profondità.

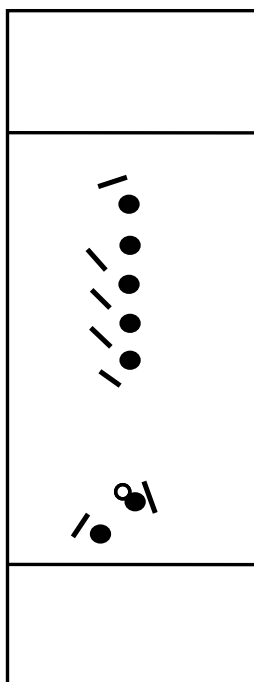


Fig. 6

Questa disposizione è valida indipendentemente dal tipo di difesa adottata sia essa centro, solo destra o solo sinistra.

Contro squadre forti con buoni lanciatori la difesa a uomo non paga:

- Nel caso in cui si difenda *da un solo lato* un semplice buco permetterà alla squadra in attacco di avanzare di flusso nella parte coperta, dal momento che i difensori si troveranno nel lato aperto.
- Nel caso si difenda *centro* il danno derivato dal buco verrà tamponato perchè continuamente si cambia il lato della marcatura, ma il difensore non riuscirà sempre ad anticipare il proprio uomo e la squadra avversaria avanzerà con passaggi incontro dalla parte aperta.

## 3.2 Difesa a squadra

Questo tipo di difesa permette di rendere difficile la vita a una squadra forte che gioca bene lo *stack*. È necessario che ci sia intesa e affiatamento nella squadra che la voglia adottare, unitamente a una buona visione di gioco dei singoli elementi.

### 3.2.1 Switch semplici

Ci sono due tipologie di gioco con gli switch semplici:

- Switch con l'ultimo difensore: chi marca inizialmente l'ultimo dello stack starà sempre dietro allo stack, per evitare situazioni alla "5-1".
- I difensori fanno degli switch a coppie, in cui uno marca l'attaccante che va incontro e l'altro quello che va lungo.

Le principali contromosse che l'attacco puo' adottare sono:

- I portatori devono con pazienza muovere il disco e gli attaccanti in stack continuare a dare opzioni di lancio, aspettando un errore negli switch (cattiva intesa tra i difensori), o sfruttando il leggero ritardo nello scambio dell'uomo.
- I portatori possono portare avanti il disco con il *give and go* fino a che non si presenta uno scatto libero.
- Si puo' contravvenire alla regola di non scattare mai in due nella stessa zona di campo. Il difensore viene così obbligato a scegliere chi marcare, lasciando un attaccante libero.

### 3.2.2 Switch avanzati

Una difesa a squadra efficace è mostrata in figura 7:

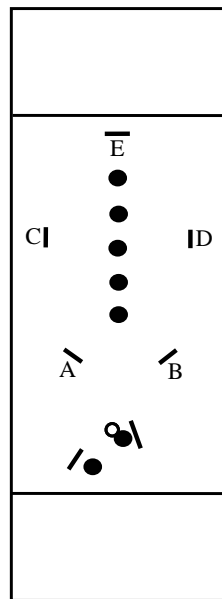


Fig. 7

Ogni difensore copre una zona in cui probabilmente avverrà uno scatto:

- A è posizionato in anticipo nella parte aperta, fra il primo dello stack e il lancia-tore: eviterà che un qualsiasi attaccante dello stack prenda un disco incontro in quella zona.
- B difende la parte coperta.
- C è posizionato a metà dello stack dalla parte aperta per coprire eventuali lanci a scavalcare o scatti larghi.
- D è disposto alla stessa altezza di C ma nel lato chiuso.
- E è posizionato dietro l'ultimo dello stack per scoraggiare lanci lunghi.

È importante che questo tipo di difesa non duri per tutto il punto. Si può utilizzare per un paio di scatti, poi ogni difensore inizierà a marcare l'attaccante che è nella propria zona. Il passaggio di difesa può essere chiamato da uno della squadra o prestabilito dopo un certo numero di passaggi. Eventualmente si può scegliere di passare a una difesa con switch (vedi sopra).

Come contromosse in attacco possono valere le norme dette sopra, oppure si può utilizzare una tattica tipo "Mosè": il primo dello stack fa uno scatto dalla parte coperta e il secondo dalla parte aperta, impegnando così i difensori in quelle zone. Al terzo non resta altro che scattare dritto incontro al disco e ricevere un passaggio.

### 3.2.3 Zona

La zona è un tipo particolare di difesa a squadra. Contro lo *stack* sono particolarmente efficaci possono adottare la "Clam" e la "Cozza"<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>vedi "La Difesa a zona" di M.Butenschoen e A.Massi.