

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΝΕΤΜΠΟΛ ΣΥΜΜΕΤΑΣΧΕΤΕ

ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΠΑΙΞΕΤΕ ΝΕΤΜΠΟΛ;



Το νέτμπολ είναι
το υπ' αριθμόν ένα
άθλημα για γυναίκες
και κορίτσια στην
Αυστραλία



Μπορεί να
παίξει ο
καθένας



Ο αθλητισμός
κάνει τα παιδιά
καλύτερα στο
σχολείο



Είναι
διασκεδαστικό!

ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΝΑ ΠΑΙΞΕΙΣ ΝΕΤΜΠΟΛ;



ΟΜΑΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Παίζεις μαζί,
συνεργάζεσαι



ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΩΣΗ

Πιστεύεις στον
εαυτό σου



ΣΥΝΑΝΑΣΤΡΟΦΗ

Κάνεις νέους φίλους



ΥΓΕΙΑ

Σε κρατά σε
φόρμα και υγιή

ΤΙ ΧΡΕΙΑΖΕΣΤΕ ΓΙΑ ΝΑ ΠΑΙΞΕΤΕ ΝΕΤΜΠΟΛ;



ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ

και άνετο ρουχισμό
άσκησης

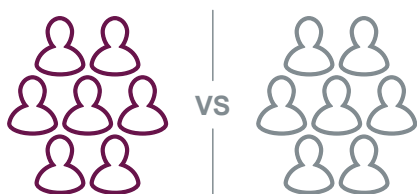


ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟ

ΠΟΥ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΠΑΙΞΩ ΝΕΤΜΠΟΛ;

Για περισσότερες πληροφορίες
επικοινωνήστε με το
community@netballq.org.au
ή επισκεφθείτε το play.netball.com.au

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΝΕΤΜΠΟΛ



Το νέτμπολ είναι ένα άθλημα με μπάλα που παίζεται από 2 ομάδες των 7 παικτών



Κάθε γκολ που σημειώνεται μετράει ως 1 πόντος



Όλοι οι παίκτες έχουν διαφορετικές θέσεις και περιορίζονται σε συγκεκριμένους χώρους στο γήπεδο



Ένας παίκτης με τη μπάλα μπορεί να την κρατήσει έως και 3 δευτερόλεπτα πριν την πασάρει σε άλλο παίκτη



Χωρίς επαφή – πρέπει να μένετε 3 πόδια μακριά από τον αντίπαλο



Οι παίκτες δεν μπορούν να τρέξουν όταν έχουν την μπάλα

