



Red Ball Tennis

Guida globale pilota
per l'attività di base e
feedback dei
partecipanti

Agosto 2026 | Versione Italiana





Aumentare la partecipazione globale da
106 milioni persone che giocano a
tennis a **140 milioni entro
il 2035**

Fonte: World Tennis, 2026

Cosa c'è in questa guida?

1. Cos'è il Red Ball Tennis?
2. Altre nazioni... Ulteriori feedback...
3. Il Tennis è facile
4. Una collaborazione globale
5. Non solo per i bambini!
6. Non ci sono barriere!
7. Chi può giocare e attivare?
8. Linee guida, esempi e idee per l'attivazione
9. Tennis senza limiti
10. USTA Red Ball Tennis
11. Opportunità progressive con attrezzature modificate
12. Riferimenti



1. Cos'è **Red Ball Tennis**?

La Palla

- Puntino rosso/giallo e rosso (palle di Fase 3)

La Racchetta

- Qualsiasi racchetta

Il Campo

- Area del servizio
- Rete standard per campo

Il Punteggio

- Ai 10 punti

Formato

- Singoli (2x aree servizio, su metà campo)
- Doppio (4x aree servizio, a tutto campo)

Le Regole

- Servizio dal basso
- Servizio, risposta e punteggio
- Volée consentite

Applicazione consigliata.

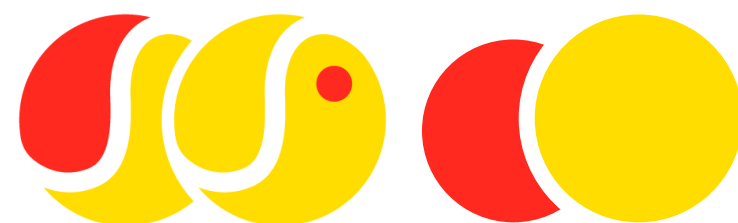
Flessibilità applicata a tutti i componenti in base all'accesso – vedi »Attrezzature" e "Scenari di campo"

Opzioni di attrezzatura e formato



La Palla

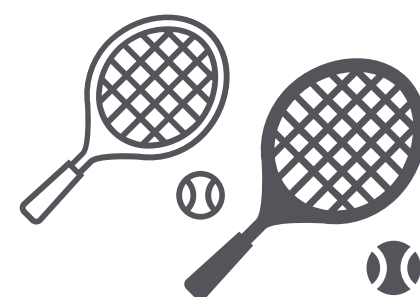
Puntino rosso/giallo e rosso



PALLA ROSSA FASE 3
FELTRO O GOMMAPIUMA

La Racchetta

Qualsiasi



**QUALSIASI
RACCHETTA
CON LE CORDE**
LUNGHEZZA 19+ POLLICI

Il punteggio

Vario

AI 10 PUNTI
SEMPLICE 1,2,3,4

**TIE BREAK A 7
O 10**
FORMATO STANDARD

SET BREVI
UN SET A 4 GAMES

SET A 6
VANTAGGIO SET OPPURE
TIE-BREAK SET

A TEMPO
PERIODO DI TEMPO
SPECIFICO

Le Regole

Semplice

**SERVIZIO & SI
GIOCA** SEMPLICEMENTE

VOLÉE CONSENTITE

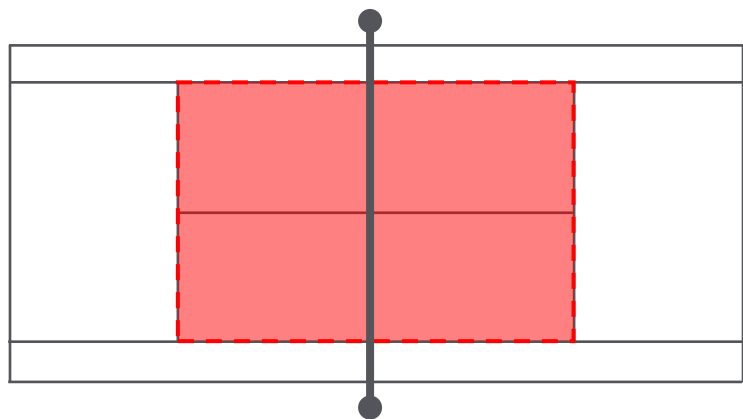


Scenari di campi

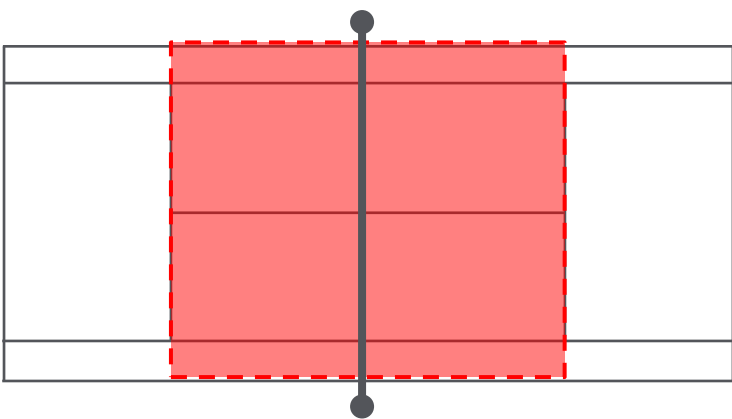


Aree dei Servizi
Nessuna barriera

DOPPIO (2 vs 2)

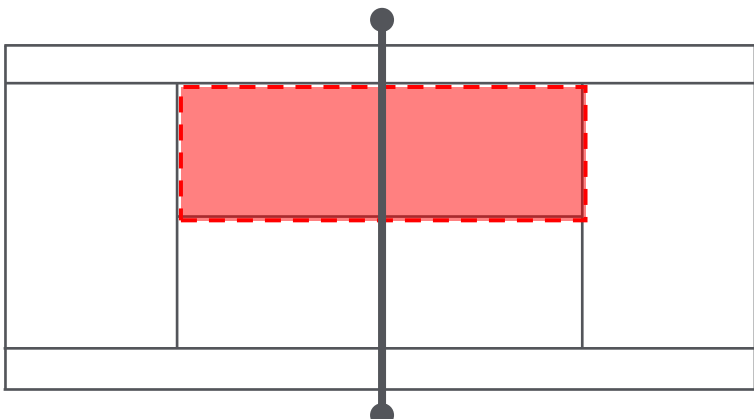


4x BOX DI SERVIZIO
SENZA CORRIDOI

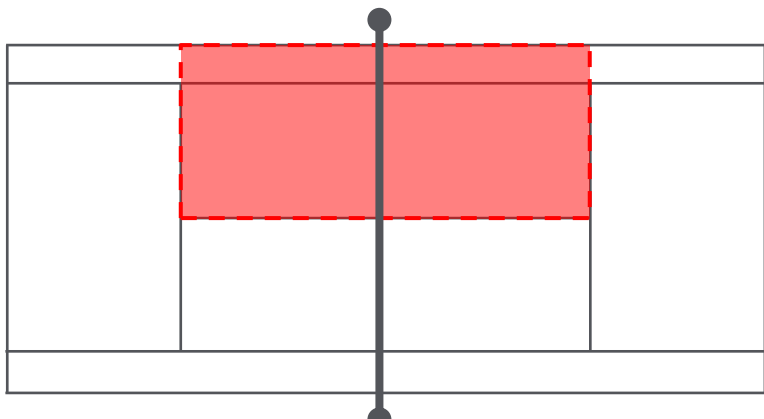


4x BOX DI SERVIZIO
CON CORRIDOI

SINGOLI (1 vs 1)

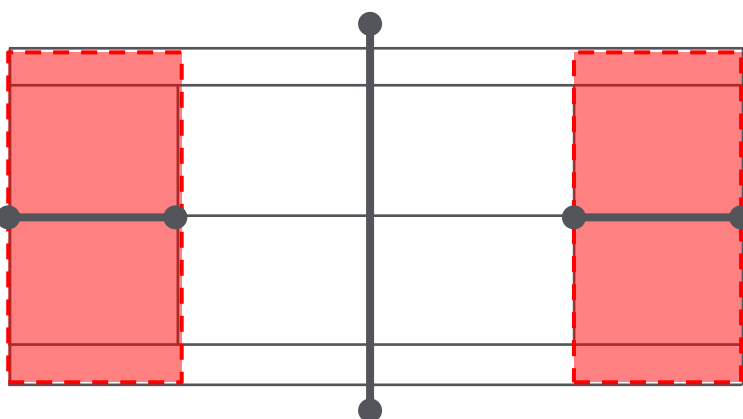


2x BOX DI SERVIZIO
SENZA CORRIDOI

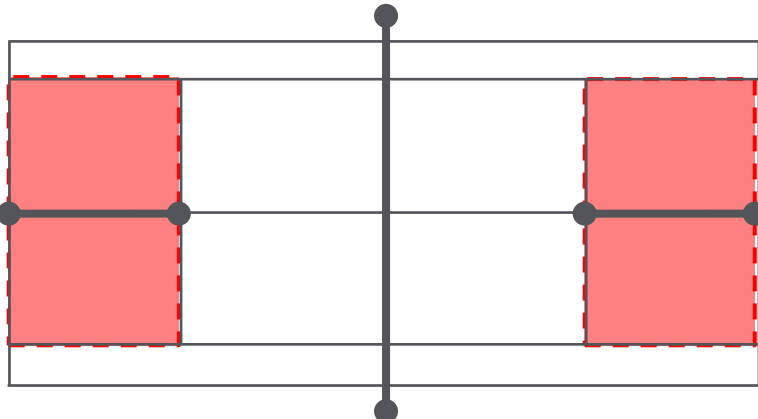


2x BOX DI SERVIZIO
CON CORRIDOI

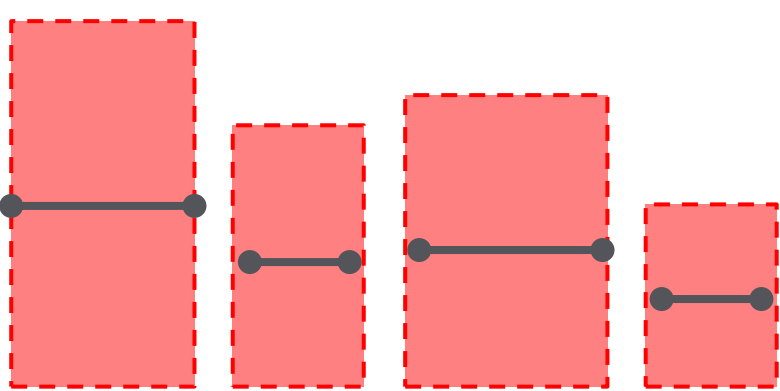
Campi RED
Mini Reti mobili



META' CAMPO POSTERIORE
CON CORRIDOI E RETE MOBILE

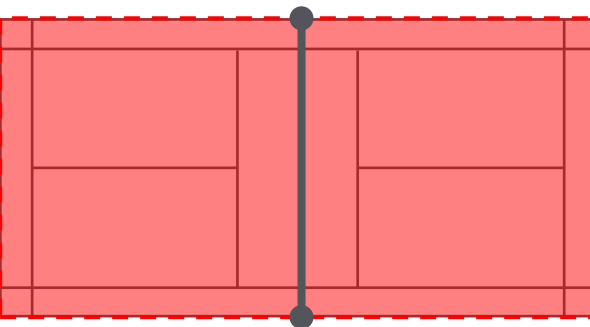


META' CAMPO POSTERIORE
SENZA CORRIDOI CON RETE MOBILE

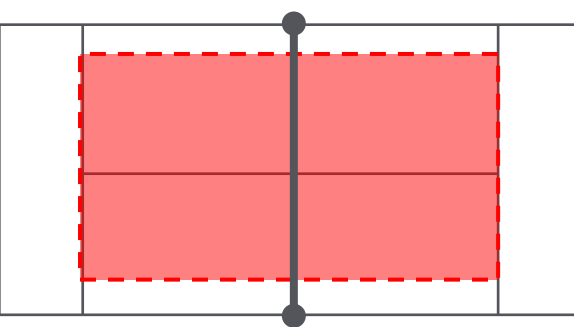
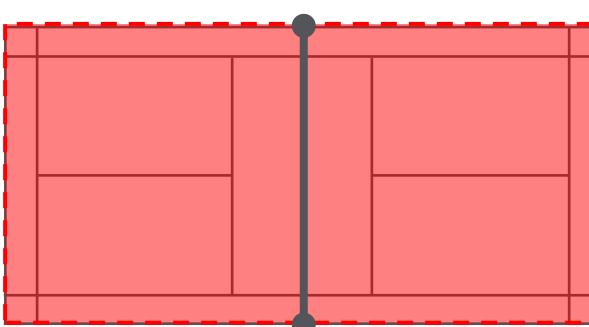


CAMPO TEMPORA
CON UNA RETE TEMPORANEA

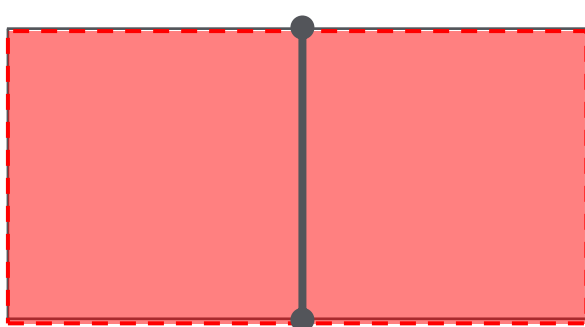
Luoghi alternativi
Altro Campi



CAMPO DA BADMINTON CAMPO DA PICKLEBALL



CAMPO DA PADEL
CON LINEE TEMPORANEE UTILIZZATE



ALTRO

2. Altre nazioni.. Ulteriori feedback...



English



Français



Español



Italiano



Português



Scansiona il tuo codice QR

World Tennis informativa sulla privacy:
itftennis.com/en/about-us/privacy-notice



3. Tennis è facile

quando giochi con attrezzi
modificati

L'attrezzatura modificata può aiutare più persone a divertirsi nel tennis, inclusi giocatori con diversi livelli di esperienza e esigenze di accesso.

4. Una collaborazione globale



- World Tennis sta collaborando con le Federazioni Tennis Nazionali di tutto il mondo nell'ambito di un progetto pilota globale per introdurre il Red Ball Tennis per giocatori adulti.
- Vogliamo comprendere il valore e l'attrattiva del Red Ball Tennis per tutti gli adulti, indipendentemente dal livello di esperienza tennistica – sia che non abbiano mai giocato o siano giocatori competitivi regolari.
- Vogliamo ricevere feedback da tutti i partecipanti sul:
 - esperienza
 - racchetta preferita
 - Struttura del campi
 - Formato della partita e sistema di punteggio
 - Preferenza delle regole e dei vincoli di gioco

**Lavorare insieme
In tutto il mondo**

5. Non solo per i bambini!

- La Red Ball della fase 3 è una pallina da tennis che viaggia lentamente e con un rimbalzo più basso rispetto alla tradizionale palla gialla.
- L'attrezzatura modificata nel tennis è disponibile da oltre 20 anni.
- Le Red Ball sono facilmente reperibili nei rivenditori sportivi di tutto il mondo e prodotte da tutti i principali marchi di palline da tennis.
- Le Red Ball permettono ai giocatori di:
 - Colpire più palle immediatamente;
 - Sperimentare più successo e imparare più velocemente;
 - Costruire fiducia; e
 - Godere il tennis fin dalla loro prima esperienza praticando questo sport.

**La Red ball
non è una novità!**

6. Non ci sono barriere!

Gioca ovunque...

- Non dovrebbero esserci ostacoli per iniziare a giocare a tennis.
- Il tennis deve essere semplice per iniziare e semplicemente per giocare.
- I giocatori dovrebbero vivere il tennis con attrezzatura modificata all'interno degli ambienti a loro disposizione:
 - Impianti e club di tennis, o
 - in altri spazi sportivi o
 - sui campi provvisori in località sportive non tradizionali.



6. Non ci sono barriere!

Racchette, palla, formati e regole...

- I giocatori dovrebbero giocare con qualsiasi racchetta che possa essere a loro disposizione.
- La red ball è la prima di tre diverse palline da tennis per la fase 3 (fase 3), con la orange (fase 2) e la green (fase 1).
- I giocatori o i promotori di sessione dovrebbero incoraggiare:
 - Diverse variazioni di dimensioni dei campi;
 - Provare sia il doppio che il singolare;
 - Diversi sistemi di punteggio; e lasciando che tutti i giocatori esplorino le regole.



7. Chi può giocare?

- Qualsiasi adulto Over 16
- Tutte le abilità fisiche
- Qualsiasi standard di gioco

Chi può attivare?

- Qualsiasi giocatore
- Attivatore della comunità
- Organizzatori della competizione
- Volontari
- Allenatori di tennis

Passo 1 | Impostazione della sessione



- ☐ Identifica un attivatore o promotore
- ☐ Scegli gli utenti/ i giocatori
- ☐ Trova un luogo dove giocare
- ☐ Seleziona data e ora
- ☐ Crea la sessione di attivazione
- ☐ Pubblicizza la sessione
- ☐ Preparati per la sessione
- ☐ Fare una Valutazione del rischio
- ☐ Controlla le esigenze di accessibilità

Passo 2 | La Sessione

- ☐ Ha capito i livelli dei giocatori
- ☐ Spiega le regole ai giocatori
- ☐ Ruota i giocatori
- ☐ Condividi I link per I feedback
- ☐ Sii socievole e divertiti

8. Guida all'attivazione

Attivazione esempi 1

A. Eventi temporanei in luoghi di riferimento/ luoghi iconici



B. Sessioni organizzate in impianti / club di tennis



Attivazione esempi 2

C. Festival in luoghi non sportivi ▶



◀ D. Evento tennistico principale
dedicato al coinvolgimento dei
fans

Attivazione esempi 3

E. Sessione multicampi presso un
impianto da tennis ▶



◀ F. Eventi temporanei in sedi
comunitarie

Attivazione esempi 4

G. In luoghi o eventi che non ti aspetti ▶



◀ H. In altri spazi sportivi

A. Eventi temporanei in luoghi / luoghi iconici

- Un piccolo campo provvisorio allestito davanti a un famoso monumento della città.
- Zona di esperienza Red Ball in un'attrazione turistica nazionale.
- Attivazione in una piazza pubblica o uno spazio civico, collegata alla promozione di un grande evento.

Idee per l'attivazione 1

B. Sessioni organizzate Nelle sedi / club di tennis

- Sessioni settimanali organizzate di Red Ball per tutti i soci del club, utilizzando il World Tennis Number per segmentare ogni sessione, ad esempio WTN #25-30.
- Sessione aperta "Paga e Gioca" aperta al pubblico con bevande e cibo.
- Club di tennis "Porta un amico" Sessione introduttiva; Open Day o festa sociale con un barbecue.
- Invita le aziende locali a creare una "Business Club". Settimanale.
- Sedute a tema o focalizzate: Serata di networking per giovani professionisti; eventi di incontro e saluto; gara di tennis in maschera; sessioni riservate alle donne

C. Festival / luoghi non sportivi

- Attivazioni provvisorie su:
 - Festival musicali, convention di fumetti / cultura pop, esposizioni di videogiochi, fiere per famiglie, fiere della scienza, spettacoli di viaggio, fiere di cibo, convention di giocattoli e collezionabili, esposizioni ricreative all'aperto, fiere comunitarie e altre zone per tifosi di grandi eventi sportivi
- Sessioni di degustazione di tennis a un a mostra locale di cibo e cultura.
- Bar / birrifici all'aperto per chi frequenta la vita sociale.

D. Grande evento tennistico Coinvolgimento dei fan designato

- Zona interattiva Red Ball durante una partita di Coppa Davis o Billie Jean King
- Attività del Fan Village per famiglie durante un campionato o torneo nazionale.
- Area di partecipazione pubblica in loco durante un evento del World Tennis Tour o dei Campionati Mondiali.

E. Sessione multicampi presso un impianto da tennis

- Giornata aperta del club utilizzando tutti i campi disponibili per le attività di Red Ball per principianti – utilizzando aree di servizio e campi provvisori.
- Master Nazionale o Regionale di Red Ball con la partecipazione simultanea di più gruppi di livello di competenza, ad esempio Gruppo A: WTN #25-30; B: WTN #31-35; & C: WTN #36-40 & D: Giocatori non WTN / Classificati
- Auto-organizzate dai giocatori (senza maestro) – le partite a tempo e le coppie vincenti avanzano e le coppie perdenti scendono.

Idee per l'attivazione 2

F. Eventi pop-up in sedi comunitarie

- Attivazione in piazza durante una celebrazione comunale locale.
- Apertura del campo pop-up in un centro commerciale.
- Attivazioni pop-up nei centri di riabilitazione.
- Evento in un parco comunale collegato a un programma locale per la salute e il benessere.

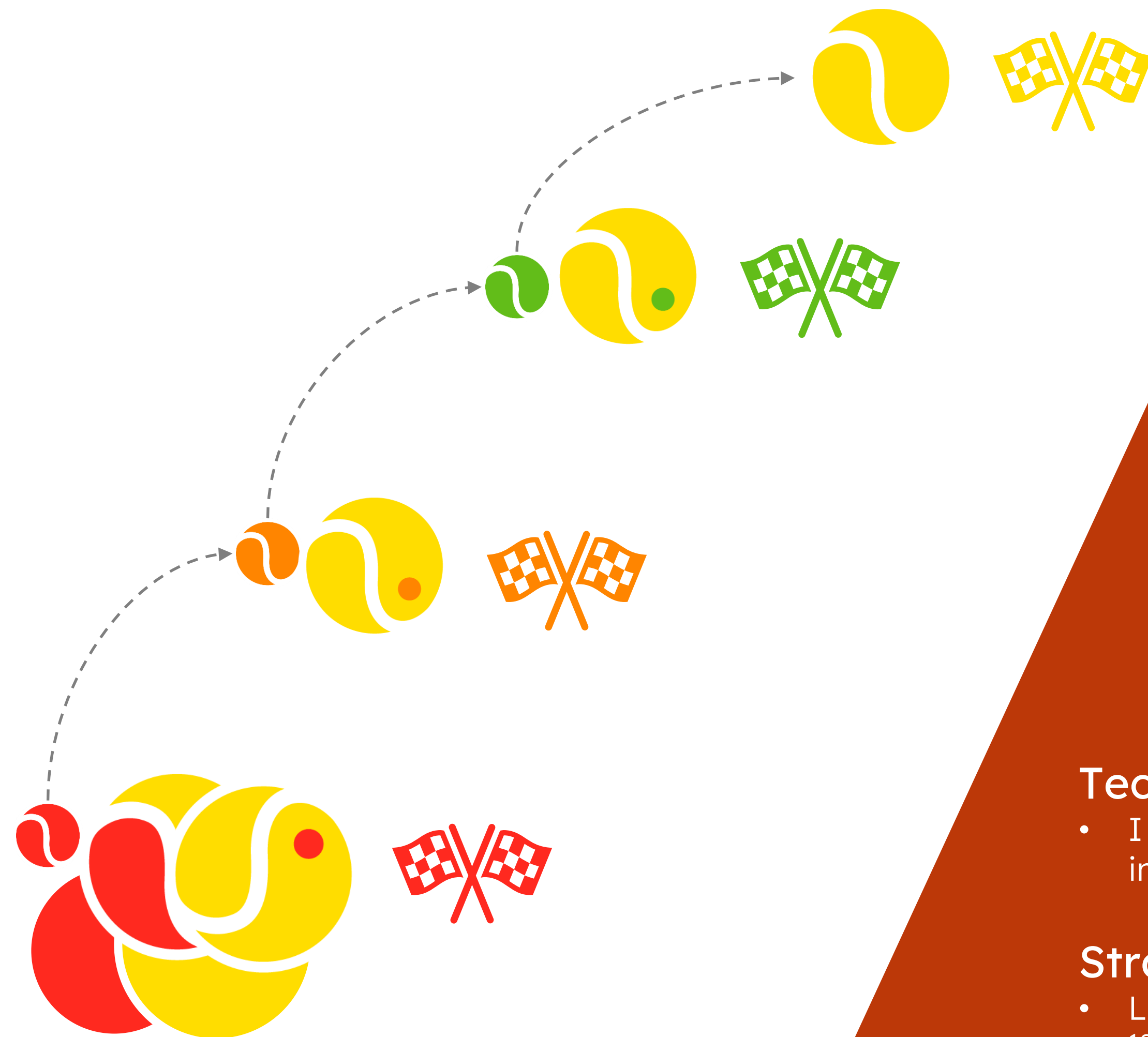
G. In luoghi o eventi che non ti aspetti

- Attivazione dei terminal aeroportuali coinvolgendo i viaggiatori.
- Evento familiare nel museo della scienza che incorpora sfide a tema tennistico
- Esperienza pop-up per la metro in città o stazione ferroviaria.

H. Su altri spazi sportivi

- Attività di tennis Red Ball su campi di pickleball o padel esistenti.
- Competizione organizzata su un campo da netball o basket durante un evento multisport.
- Attivazione temporanea del tennis su un campo da futsal o pallamano inutilizzato.
- Include eventi sportivi multi-racchetta, ad esempio I Campionati Italiani degli sport di racchetta: pickleball, padel, tennis.

9. Tennis senza limiti



È facile

- Le palle più lente permettono a tutti i giocatori di effettuare più colpi in campo, più spesso, non solo i bambini
[1, 3, 5, 8, 10, 18 - Vedi “Riferimenti”]

È divertimento

- Usare attrezzatura modificata è più divertente per tutti!
[1, 2, 4, 9, 13, 17]

Migliore apprendimento e acquisizione di competenze

- Tutti i giocatori imparano più velocemente e più velocemente
[2, 5, 10, 11, 12, 18, 20]

Progressione ed esperienza

- L'attrezzatura da tennis modificata migliora l'esperienza complessiva di ingresso per tutti i giocatori di età [20, 21, 22, 23]

Prevenzione degli infortuni

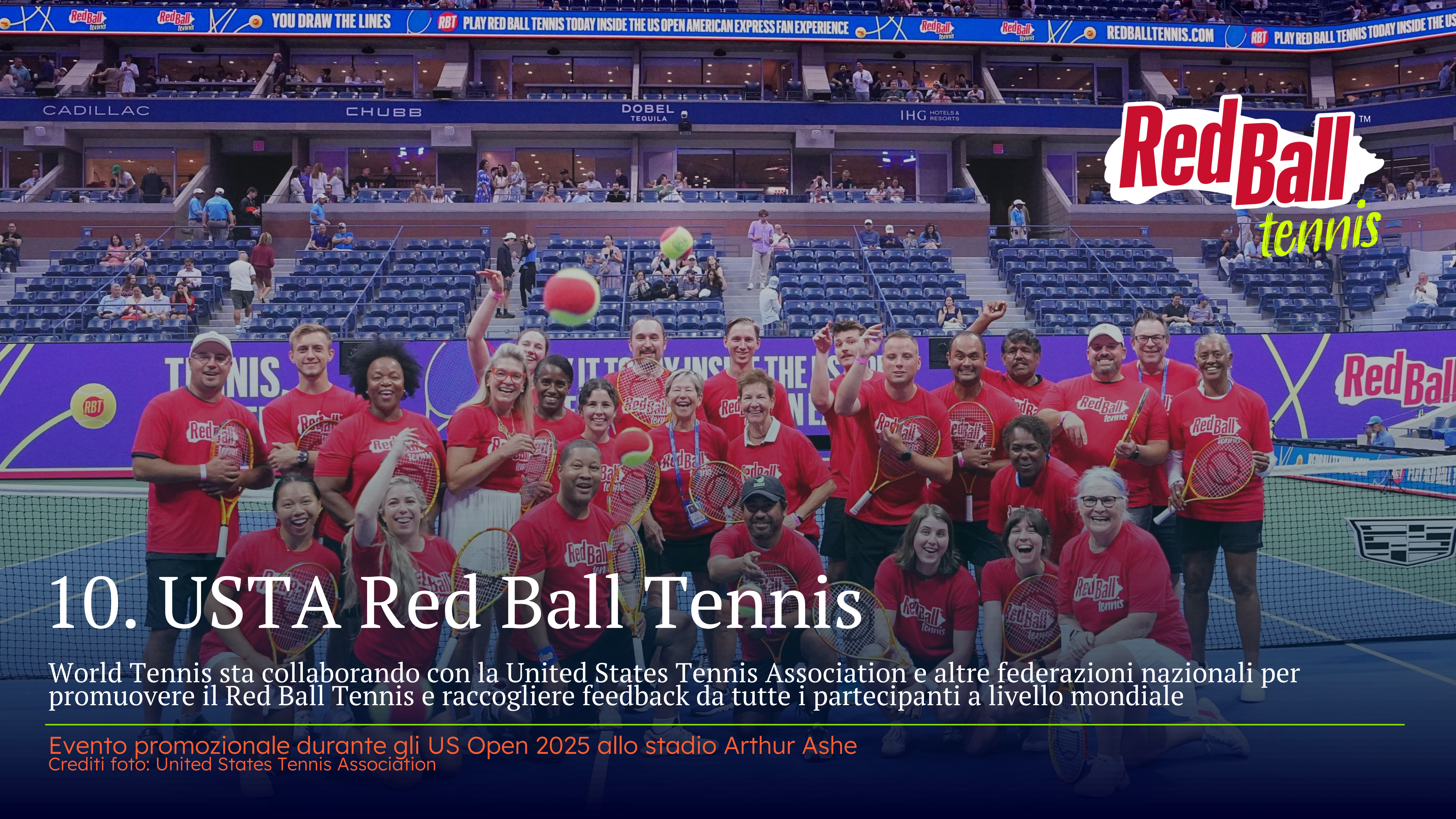
- Attrezzi modificati possono ridurre le esigenze fisiche o lo stress articolare [7, 11, 15, 15, 16, 19]

Tecnica Migliore

- I giocatori di tutte le età possono sviluppare abilità tecniche migliori, punti di impatto più costanti e commettere meno errori [1, 2, 5, 6, 10, 12]

Strategia più intelligente

- L'attrezzatura modificata aiuta i giocatori a prendere decisioni migliori [5, 12, 18]

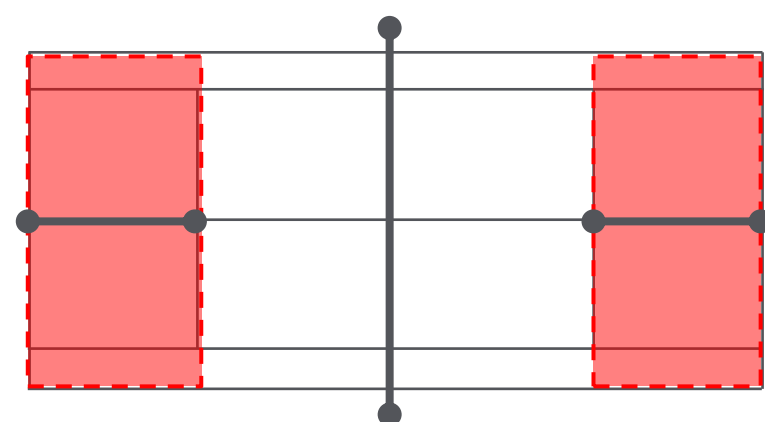


10. USTA Red Ball Tennis

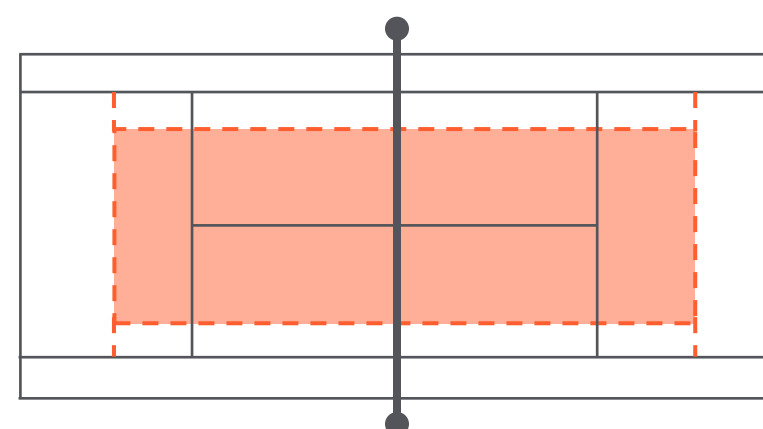
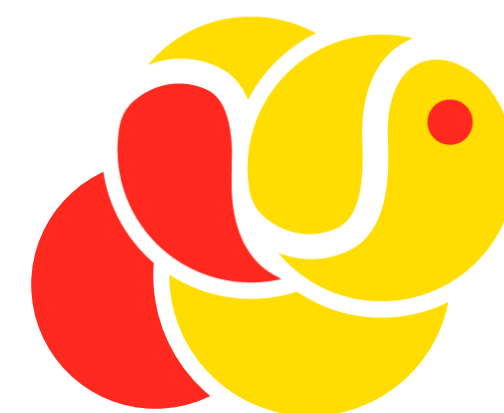
World Tennis sta collaborando con la United States Tennis Association e altre federazioni nazionali per promuovere il Red Ball Tennis e raccogliere feedback da tutte i partecipanti a livello mondiale

Evento promozionale durante gli US Open 2025 allo stadio Arthur Ashe
Crediti foto: United States Tennis Association

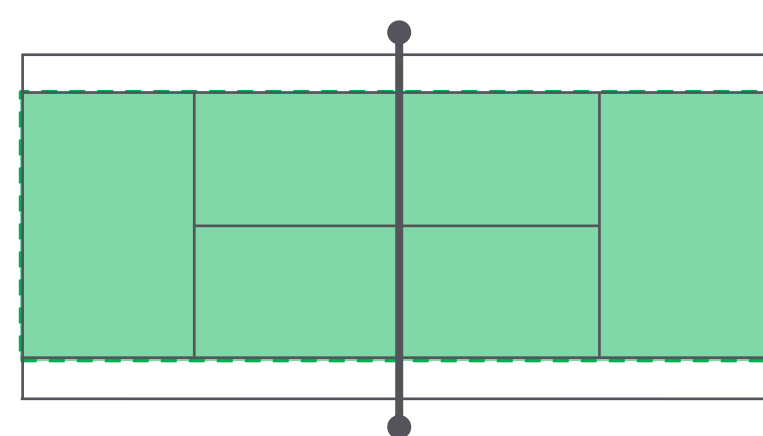
1. Opportunità progressive utilizzando l'attrezzatura modificata



CAMPO RED
(10.97 m) X (5,00 m)



CAMPO SUPER ORANGE
(18,00 m) X (6,00 m)



CAMPO SUPER GREEN
(23.77 m) X (8.23 m)



Tennis è
per tutti!



12. Riferimenti

- [1] Buszard, T., Farrow, D., Reid, M., & Masters, R. S. W. (2014). Modifying equipment in early skill development: A tennis perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85, 218–225.
- [2] Buszard, T., Reid, M., Master, R., and Farrow, D. (2016). Scaling the equipment and play area in children's sport to improve motor skill acquisition: A systematic review. *Sports Medicine*, 1–15.
- [3] Coldwells, A. & Hare, M.E. (1994). The transfer of skills from mini-tennis to tennis, *Ergonomics*, 37, 1.
- [4] Farrow D., Reid M. (2010). The effect of equipment scaling on the skill acquisition of beginning tennis players. *Journal of Sports Sciences*. (7), 723-732.
- [5] Fitzpatrick, A., Davids, K. and Stone, J.A. (2016). Effects of Lawn Tennis Association mini tennis as task constraints on children's match-play characteristics. *Journal of Sports Sciences*. 35(22), 2204-2210.
- [6] Gagen, L.M., Haywood, K.M. and Spaner, S.D. (2005). Predicting the Scale of Tennis Rackets for Optimal Striking From Body Dimensions. *Pediatric Exercise Science*. 17, 190-200
- [7] Groppel, J. and DiNubile, N. (2009). Tennis: For the Health of It! 4 (37), 40–50.
- [8] Haake, S.J., Chadwick, S.G., Dignall, R.J., Goodwill, S., and Rose, P. (2000). Engineering tennis–slowing the game down. *Sports Engineering*. 3(2), 131-143.
- [9] Hamilton, N., and McFarlane, J. (2005). Children learn through play. Putting Children First, the Newsletter of the National Childcare Council. (14), 10-11.
- [10] Hammond, J., & Smith, C. (2006). Low compression tennis balls and skill development. *Journal of Sports Science and Medicine*. (5), 575–581.
- [11] Ishihara, T., Sugasawa, S., Matsuda, Y., & Mizuno, M. (2017). The beneficial effects of game-based exercise using age-appropriate tennis lessons on the executive functions of 6–12-year-old children. *Neuroscience Letters*, 642, 97-101.
- [12] Kachel, K., Buszard, T. and Reid, M., 2015. The effect of ball compression on the match-play characteristics of elite junior tennis players. *Journal of sports sciences*. 33(3), 320-326.
- [13] Larson, E.J. and Guggenheimer, J.D., (2013). The effects of scaling tennis equipment on the forehand groundstroke performance of children. *Journal of Sports Science and Medicine*. (12), pp.323-331.
- [14] Pluim, B. M., Staal, J. B., Marks, B. L., Miller, S., & Miley, D. (2007). Health benefits of tennis. *British journal of sports medicine*.
- [15] Pluim, B.M., Groppel, J.L., Miley, D., Crespo, M., and Turner, M.S. (2017). Health Benefits of Tennis. *Journal of Sports Science and Medicine*. (5), 575–581.
- [16] Reid, M., Buszard, T., & Farrow, D. (2018). Learning, activity... and injury? Caring for young athletes through appropriately designed modified (developmental) sport. *British Journal of Sports Medicine*. 10.1136/bjsports-2017-098061.
- [17] Stanbridge, K. (2003). The design and development of sports equipment for children. Loughborough University Institutional Repository.
- [18] Timmerman, E., De Water, J., Kachel, K., Reid, M., Farrow, D. and Savelsbergh, G., 2015. The effect of equipment scaling on children's sport performance: the case for tennis. *Journal of sports sciences*, 33(10), pp.1093-1100.
- [19] World Health Organisation. (2017). Physical activity for health. More active people for a healthier world: draft global action plan on physical activity 2018–2030. WHO Discussion Paper. 5.
- [20] Kilit, B., Arslan, E. & Soylu, Y. (2024). The effect of court surfaces on physiological responses and game activities of recreational senior tennis players. *Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 22(2), e58406. <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v22i2.58406>
- [21] Kilit, B.; Arslan, E.; Soylu, Y.; Lane, A.M. (2024). Does Playing Tennis with a Low-Compression Ball Effect Psychophysiological Responses and Match Characteristics in Recreational Adult Players? *Sports*, 12, 80. <https://doi.org/10.3390/sports12030080>
- [22] Roth, J., & Kim, S. (2025). Examining the potential of modified tennis for adult beginner players. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 33(95), 15–20. <https://doi.org/10.52383/itfcoaching.v33i95.659>
- [23] Hublin, T., Barbaros, P., & Rupčić, T. (2021). The game-based method is more efficient than the conventional training method in teaching tennis to adult beginners. *Croatian Journal of Education*, 23(3), 709–729. <https://doi.org/10.15516/cje.v23i3.4503>

Scansiona il tuo codice QR



English



Français



Español



Italiano



Português



Red Ball Tennis

Guida globale pilota

Agosto 2026 | Versione Italiana