

(من أعلي) للاعبى المستويات العليا وضع اليد فوق الكرة وتكون الأصابع ممدودة ومنتشرة علي الكرة والقيام بالضغط علي الكرة في الماء وعندما تخرج من الماء تتحرك اليد لأسفل الكرة بحركة سريعة من رسغ اليد . ج- تمرير الكرة Ball the Passing : بعد حمل الكرة وتكون في مكان بجانب الرأس o للاستعداد للتمرير بحيث يوجد انثناء في الذراع من المرفق (٩٠) تقريباً ويكون الكوع خارج الماء تماماً مع تحريك الذراع والكتف الأيسر نحو مكان التصويب إذا تبدأ الذراع في تنفيذ حركة التمرير بالتحرك للأمام من وضع حمل الكرة وتبقي الرأس موجهة الي جهة التمرير وتكون العين مركزة علي مكان نزول الكرة مع استمرار حركات الرجلين بقوة بحيث يكون الجسم خارج الماء وعندما يتخطي المرفق الأذن يقوم اللاعب بتسطيح يده للسيطرة علي الكرة دون أن يمسه بها مع دفعها بقوة وتتم المتابعة من العضد وأصابع اليد وينتهي التمرير والذراع مستقيمة ومشيرة نحو الهدف وتكون أصابع اليد مسترخية وغير متصلبة . Bavly Hany Naguib Hanna