

# Sci di fondo: Prestazioni nello sci di fondo

Lo sci di fondo a livello agonistico è una disciplina molto esigente dal profilo fisico e psichico. Nelle lezioni con i bambini, l'accento viene invece posto su gioco e divertimento. Con loro, infatti, le riserve emozionali sono molto importanti.

## Il modello della prestazione



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSP**