

Il coraggio si impara – Postazioni annesse: Parete nord

Gli allievi devono cercare di arrampicarsi su una superficie liscia per poi tornare con i piedi per terra passando dalle spalliere. In questa postazione si sperimentano diversi modi di arrampicarsi.

[Disegno da scaricare](#) (pdf)

Gli allievi si arrampicano sulla panchina appesa in cima alle spalliere per poi ridiscendere dalle spalliere.



Materiale: panchina, set di cinghie

Fonte: Miriam Rufer, maestra di scuola dell'infanzia alla scuola Unterleberberg di Hubersdorf



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO