

Coordinazione: Lavoro a postazioni

Questo aiuto propone un percorso pensato per migliorare le varie capacità di coordinazione. Nella palestra sono allestite diverse postazioni e gli allievi sono suddivisi in modo equilibrato.

Coordinazione - Lavoro a postazioni

Fonte: Insetto pratico «mobile» 38/2008, Ralph Hunziker, Andreas Weber



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP