

Acrobatica di gruppo: Budino – tavoletta di cioccolato

L'esercizio ideale per imparare la differenza fra tendere e rilassare. Un bambino decide quale parte del corpo il compagno deve lasciare molle o ben tesa.



A è il pasticciere e B il dolce. A sceglie una parte del corpo per B e dice se questa deve diventare un budino o una tavoletta di cioccolato. Se A sceglie il budino, B deve lasciare la parte del corpo totalmente molle. Se invece A sceglie la tavoletta di cioccolato, B deve mantenere la parte ben tesa. A controlla scuotendo la parte del corpo prescelta.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO