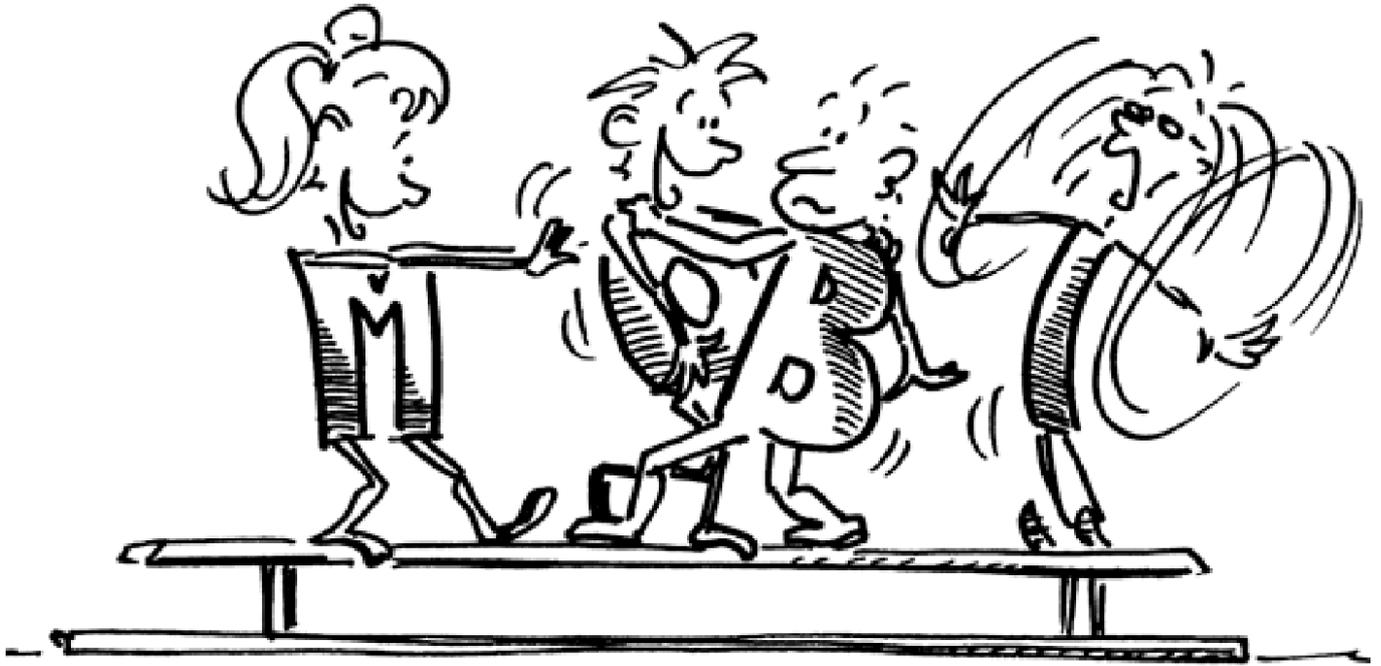


Cooperazione – Piccoli gruppi: Lo scambio di posto

Durante questo esercizio, oltre alle ottime capacità di equilibrio richieste, i partecipanti devono cercare soluzioni individuali ed applicarle.



Un gruppo viene diviso a metà, ciascuna disposta all'estremità di un tronco d'albero (una panca rovesciata). I due gruppi ora debbono scambiarsi di posto senza toccare terra. Se ciò avviene tutti i partecipanti debbono tornare al punto di partenza.

Variante

Più difficile

I partecipanti debbono portare con se degli oggetti.

Materiale: panchina



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO