

Acrobatica di gruppo III – Acrobazie statiche: Torre di assi

In questo esercizio diversi allievi devono tenersi uno sopra l'altro, in un esercizio che richiede soprattutto equilibrio e una buona tensione del corpo.

Una persona si porta nella posizione di appoggio frontale in avanti. L'allievo seguente afferra le caviglie e porta i piedi sulle spalle della persona sotto. Una terza persona si posiziona sulla seconda seguendo lo stesso schema. Chi riesce a creare una torre di tre persone?



Fonte: Corinne Spichtig, Yann Krieger



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO