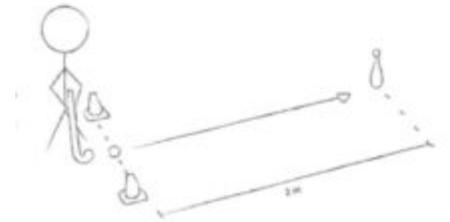


# Minigolf – Per tutti – Facile: Birilli

Questo esercizio è particolarmente adatto per i principianti. Permette di esercitare il corretto posizionamento del corpo e di migliorare il tiro.

Il giocatore cerca di fare cadere un birillo con una pallina da tennis.

Se all'inizio la distanza per colpire il birillo con un bastone da hockey o da unihockey l'allievo è troppo grande, si può eseguire un tiro intermedio per avvicinare la pallina al bersaglio.



## Più facile

- Diminuire la distanza.

## Più difficile

- Aumentare la distanza.
- Far cadere più birilli con un colpo solo.

**Materiale:** un bastone da hockey o da unihockey, una pallina da tennis, due coni, un birillo

Fonte: Wolfgang Wick, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO