

Piccoli giochi con la palla: Numero dopo numero

Eseguire dei piccoli test a diversi livelli di difficoltà permette di ottenere punteggi diversi. Si conta in particolare il numero di ripetizioni eseguite in 45 secondi.

[Test: Numero dopo numero](#)

[La varie postazioni: Numero dopo numero](#)

[Scheda di valutazione: Numero dopo numero](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO