

Fuori gli attrezzi: Spalliere e panchine

Le spalliere e le panchine permettono di proporre tanti begli esercizi ai bambini di scuola elementare. Con questi due attrezzi inauguriamo una mini serie tutta dedicata agli attrezzi della palestra.

Le panchine e le spalliere si trovano in ogni palestra, per la gioia dei bambini di scuola elementare che amano scoprire, arrampicarsi e testare i loro limiti. Gli esercizi che proponiamo aiutano a realizzare delle lezioni entusiasmanti, mentre i test permettono di valutare le capacità acquisite.

Le nostre proposte

→ [Spalliere](#)

→ [Panchina](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO