

Il circo a scuola – Giocoleria: Una, due, tre palline – Le anime

Questo esercizio esige la dissociazione fra destra e sinistra. Mentre una mano lancia in alto due palline, l'altra è alle prese con una sola.

Giocolare due palline in una mano (due anime). Con l'altra mano sollevare e abbassare una terza pallina seguendo il ritmo delle palline che si trovano nell'altra mano.

Variante

La terza pallina può pure essere lanciata in aria.

Fonte: Claudia Aldini, fondatrice e direttrice del Circo Fortuna di Bioggio, artista, clown della Fondazione Theodora; Roberto Gerboles, attore, mimo, clown, autore, drammaturgo e regista



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO