

# Attrezzi – Pertiche: Sul cucuzzolo della montagna

Questo esercizio basato sulla destrezza e sulla forza va eseguito sulle pertiche disposte obliquamente. I bambini cercano di raggiungere la vetta in diversi modi.

Disporre un tappetone al di sotto delle pertiche oblique. Salire su una o su due pertiche fino ad un'altezza stabilita dal docente.



## Varianti

Passare da una pertica all'altra seguendo un percorso ben preciso.

Chi riesce a salire sulle pertiche con la testa rivolta verso il basso e con i piedi in avanti?

**Materiale:** tappetone



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO