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.

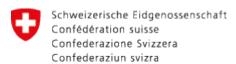


Varianti

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



Ufficio federale dello sport UFSPO