

Golf – Avvicinare la pallina alla buca: Chip bocce

In questo esercizio da svolgere in gruppo gli allievi giocano seguendo le regole del gioco delle bocce. L'obiettivo è di riuscire a piazzare il maggior numero di palline vicino alla buca.



Obiettivi: lettura del green e visualizzazione, scelta del bastone, sensibilità e ritmo, non ripetitivo.

Tempo di preparazione: 1 minuto.

Formare dei gruppi di 2 o 3 giocatori; (2 o 3 palline per giocatore). Giocare secondo le regole delle bocce. La pallina più vicina alla buca vince se appartiene allo stesso gruppo.

Varianti

- Lanciare con le mani.
- Con differenti palline.
- Sotto forma di duello.
- Piazzare degli ostacoli.

Attenzione: le palline da golf possono essere utilizzate esclusivamente negli impianti di golf. Al di fuori di essi (in un parco o vicino a degli edifici) questo esercizio deve essere svolto con delle palline da golf soffici (**Almost**) o delle palline in gommapiuma, da tennis, da unihockey, ecc.

Materiale: palline da golf

Fonte: David Chazeau, esperto G+S Golf – Marcel Meier, capodisciplina G+S Golf e responsabile della formazione ASG



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO