

Nordic Walking – Forme di gioco: In cerchio

I bambini sono disposti in cerchio e al segnale cambiano direzione o tecnica. Un esercizio che aiuta i bambini a sviluppare la loro creatività e ad imparare la tecnica del Nordic Walking.

Formare un cerchio esterno e uno interno. In ogni cerchio si procede in un senso diverso da quell'altro. Al segnale, si cambia direzione o tecnica. Dopo ogni cambiamento, un'altra persona assume il comando.



Fonte: Insetto pratico «mobile» 44/2008, Ellen Leister, Gina Kienle, Etienne Languetin, Mathias Thierstein



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO