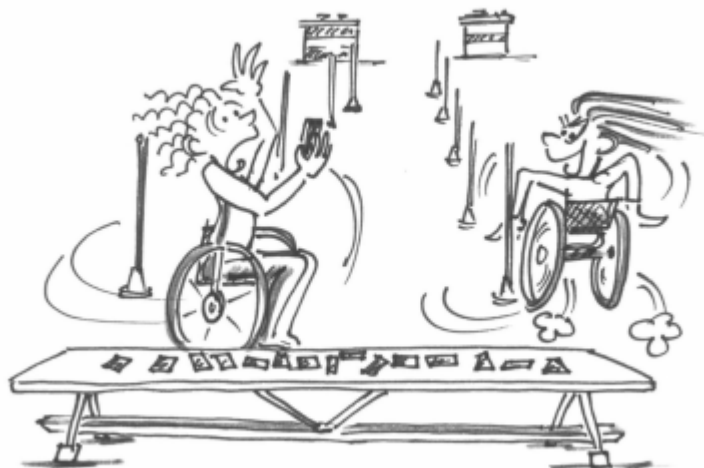


Sport in carrozzella – Velocità e resistenza: Carte da gioco

In questo esercizio di resistenza, chi è fortunato riceve un piccolo aiuto. Se si girano le carte giuste infatti gli sforzi da fornire non saranno così numerosi.



A e B partono ognuno dietro il proprio cassone e si dirigono attraverso lo slalom fino alla panchina, dove pescano una carta. Se la carta corrisponde al proprio colore (rossa o nera), il giocatore la può portare fino al cassone. Se invece il colore non corrisponde, la carta viene rigirata sulla panchina e il giocatore rientra alla propria postazione senza la carta. Vince chi per prima riesce a raccogliere il maggior numero di carte.

Varianti

Più facile

In caso di grosse differenze tra i giocatori, quello più veloce effettua lo slalom, mentre quello più lento ne è dispensato e si dirige direttamente a pescare la carta.

Più difficile

Spostarsi a marcia indietro dalla panchina al cassone.

Materiale: carte da gioco, 1 panchina, 2 cassoni svedesi (3 elementi), 8 paletti

Fonte: Karin Suter e Davide Bogiani, Sport svizzero in carrozzella ASP, Nottwil



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO