Giochi di abilità – Diabolo: Per professionisti – Sferzata

L'obiettivo di questo esercizio è di riprendere con una sferzata il diabolo precedentemente lanciato in aria.

Spingere in modo esplosivo e in modo tale da far girare il diabolo attorno alla corda. Sollevarlo di lato con la mano trainante e con una sferzata spingere avanti e indietro il diabolo.

Fonte: Inserto pratico «mobile» 21/2006

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO