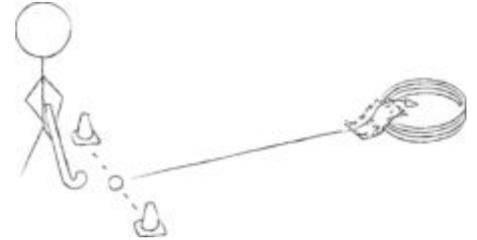


Minigolf – Per tutti – Facile: Trampolino

L'obiettivo di questo esercizio è di mandare la pallina in buca superando prima un ostacolo.

Gli allievi cercano di mandare la pallina in buca con un colpo solo, facendola rotolare sopra un tappetino. Gli allievi possono eseguire un tiro deciso perché grazie ai bordi rialzati della buca la pallina non potrà rotolare fuori.



Più difficile

- Aumentare la distanza tra la pallina e il cerchio.
- Posare il tappetino dall'altra parte del cerchio. In questo modo, la pallina deve prima aggirare il cerchio.

Materiale: un bastone da hockey o da unihockey, una pallina da tennis o da unihockey, due coni, un tappetino, tre cerchi

Fonte: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP