Anelli: Posture chiave e sospensione corretta

Le cosiddette «posture chiave» corrispondono alle unità più piccole della forma di movimento in esecuzione statica. Questo aiuta contiene una panoramica delle posture più importanti per gli anelli e alcuni accorgimenti per eseguire una sospensione corretta.

Anelli: Posture chiave e sospensione corretta

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO