

Slacklining: Conoscere il proprio livello

In questo test, che conclude la serie dedicata allo slacklining, si possono valutare le capacità che gli allievi hanno acquisito nel corso delle lezioni di slacklining. I partecipanti camminano sulla fettuccia ed eseguono delle evoluzioni a scelta.

Questo test comprende una parte dedicata al «camminare» e un'altra al «freestyle». L'obiettivo è di contare i punti totalizzati in entrambe le prove.

Il nastro dovrebbe essere ben teso su una lunghezza di 7 metri (ciò che corrisponde a tre fori di sbarra nella palestra).



[Verifica](#) (pdf)

[Foglio di valutazione](#) (xls)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP