Giochi di abilità – Giocolare: Il razzo

In questo esercizio, destinato in particolare agli avanzati, ogni volta una palla viene lanciata più in alto delle altre.

Lanciare più in alto del solito una pallina e alla presa integrarla direttamente nella normale sequenza di giocoleria.

Fonte: Inserto pratico «mobile» 21/2006

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO