Il circo a scuola: Acrobatica – Serpente in avanti

L'obiettivo di questo numero è di creare un lungo serpente a partire da una fila di allievi (uno dietro l'altro) che si prendono per mano e a turno eseguono una capriola in avanti.

Un numero qualsiasi di allievi è in piedi uno davanti all'altro con le gambe divaricate. A fa passare la mano destra tra le sue gambe verso il compagno che sta dietro di lui (B) per afferrare la sua mano sinistra. B fa lo stesso con C, C con D e via dicendo. Quando tutti sono uniti dalla stretta di mano, A fa una capriola in avanti e atterra sulla schiena con le gambe leggermente divaricate.

Tutti gli altri avanzano di qualche passo a gambe divaricate per permettere a B di eseguire la capriola in avanti davanti ad A, poi tocca a C e via di seguito, finché tutti si ritrovano per terra sdraiati sulla schiena sempre tenendosi per mano. Il primo a rialzarsi è A, che avanza a gambe divaricate sopra a B, C, D per poi raggiungere la testa del serpente. La sua avanzata trascina tutti quanti in piedi.

Fonte: Claudia Aldini, fondatrice e direttrice del Circo Fortuna di Bioggio, artista, clown della Fondazione Theodora; Roberto Gerboles, attore, mimo, clown, autore, drammatrugo e regista

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO