

Stand up paddle – Manovre: Polo

Questo esercizio combina due obiettivi: forgiare lo spirito di squadra e allenare le manovre.



Due squadre si affrontano in una gara di polo.

Osservazione: i set completi per il polo SUP possono essere noleggiati nei centri di noleggio.

Materiale: pagaie per il polo (con foro), palla galleggiante, reti, eventualmente nastri

Fonte: Peter Bigler, Cornelia Galliker, Nadin Herzig, René Lehmann, Alain Luck, Daniel Reinhart, Nicole Reinhart, Daniel Rügsegger



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO