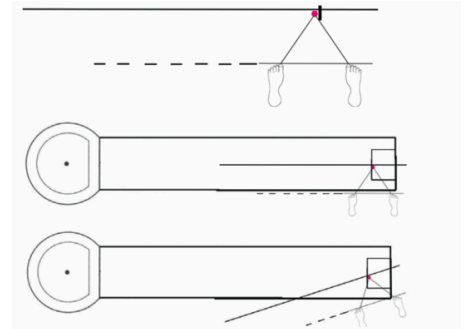


# Minigolf – Le basi: Tutto ruota attorno alla pallina

Di seguito le basi per giocare a minigolf. Particolarmente importanti sono la posizione del corpo e della pallina. Questo esercizio permette di allenare la corretta posizione per la direzione di gioco.

Due linee parallele e immaginarie per terra guidano gli allievi: la linea che la pallina segue dopo essere stata colpita e quella che passa fra i due alluci del giocatore.

La pallina si trova sempre alla stessa distanza dai due piedi, come nell'esercizio «Posizione rispetto alla pallina». Una sagoma triangolare in cartone può risultare molto utile all'inizio per aiutare gli allievi a visualizzare la situazione di partenza.



Fonte: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO