

# Beach volley – Riscaldamento: A caccia di conigli

**Un gioco che stimola il sistema cardiovascolare. I bambini devono sempre avere sott'occhio i compagni.**

Due squadre (rossa e gialla) si suddividono in cacciatori e conigli. In una metà campo i cacciatori tentano di colpire i conigli con un pallone da pallavolo e viceversa nell'altra metà campo.

È vietato uscire dalla metà campo e correre con il pallone in mano. Chi è colpito cambia area di gioco entrando in quella della squadra corrispondente. Vince la squadra che colpisce tutti gli avversari.



**Osservazione:** toccare l'avversario con la palla in mano e con al massimo un passo.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO