

# Stand up paddle – Manœuvres: Polo

Cet exercice combine deux objectifs: développer l'esprit d'équipe et entraîner les manœuvres.



Deux équipes s'affrontent au polo.

**Remarque:** Il est souvent possible de louer le set complet de polo auprès d'un centre de location de SUP.

**Matériel:** Pagaies de SUP Polo (avec trou), balle flottante, buts, évent. sautoirs

---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO