

Percezione dello spazio: Tu decidi

Questo esercizio stimola in modo particolare il senso del tatto. Una persona deve spostare sulla base delle informazioni tattili fornite da altri.

A coppie: uno a occhi chiusi, l'altro si mette alle sue spalle, appoggia il palmo della mano sulla schiena del primo e lo guida (camminando o correndo) esercitando una leggera pressione con la mano.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO