

Attrezzi – Parallele: Calcio parallelo

In questo esercizio i bambini combinano il movimento oscillatorio alle parallele con un tiro preciso di palla con i piedi in direzione di un compagno.

Bilanciarsi sulla parallela e dare un calcio alla palla lanciata dal compagno.



Variante

Appesi allo staggio alto, calciare il pallone al di sotto di quello basso

Material:e palle



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO