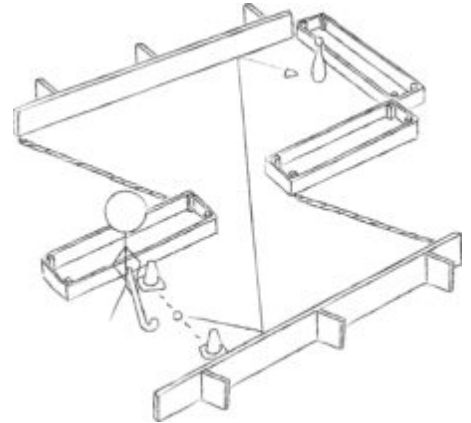


## Minigolf – Per adulti – Difficile: Zig zag

La posizione iniziale rispetto alla pallina è fondamentale per riuscire a raggiungere rapidamente l'obiettivo di questo esercizio.

Il gioco di sponda è fondamentale in questo esercizio. Chi ha un buon occhio per calcolare gli angoli parte sicuramente avvantaggiato. Anche la velocità (elevata) della pallina è decisiva per riuscire a fare cadere il birillo.



### Più difficile

- Proteggere il birillo collocandolo in un cerchio.

**Materiale:** un bastone da hockey o da unihockey, una pallina da tennis, due coni, un birillo, due corde, due panchine, tre elementi di un cassone

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO