

Pumptrack: Senza pedalare ma con molto stile

I pumptrack sono sempre più di moda. Grandi e piccini, principianti e esperti ne sono entusiasti sin dal primo giro di pista. La particolarità? Raggiungere la massima velocità senza pedalare bensì «pompando».

Sul pumptrack i ciclisti possono esercitarsi lontano dal traffico stradale e migliorare la tecnica, l'equilibrio e la forza, ciò che a sua volta permette di affrontare il traffico cittadino con molta più sicurezza.

Le nostre proposte si rivolgono ai bambini dagli 8 ai 12 anni e presentano degli esercizi di stile che per cominciare possono anche essere eseguiti fuori da un pumptrack.

→ Esercizi: [Con stile](#) (filmato)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO