

Pattinaggio: Sicuri e ben organizzati sul ghiaccio

Nel pattinaggio è molto importante imparare sin dall'inizio i movimenti chiave. Saper scivolare, saltare e roteare aiuta ad apprezzare subito le uscite sul ghiaccio.

Oltre ai movimenti chiave, prima di portare a pattinare una classe bisogna prepararsi accuratamente. Ad esempio bisogna ricordarsi di prenotare la pista, di informare gli allievi sul materiale e sull'abbigliamento necessario, trovare un altro insegnante o monitore disposto ad accompagnare il gruppo, ecc.



I contributi da noi proposti permettono di allenare le competenze di base e di pianificare al meglio le uscite sui pattini.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO