

# Pattinaggio: La pesca misteriosa

**Questo esercizio permette ai bambini di riscaldarsi, ambientarsi e pattinare con il compagno.**

Esercizio in coppia. Ogni coppia estrae un cartellino da una busta (su cui è descritto un esercizio) e assolve il compito (ad es. trainare o spingere il compagno, fare uno slalom, compiere un giro della pista, ecc.). Il gioco finisce quando tutti i cartellini sono stati estratti.



## Variante

Gli esercizi possono essere svolti da soli, in coppia, oppure a gruppi di tre allievi. La difficoltà degli esercizi deve essere adattata alla tecnica di pattinaggio dei bambini.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**