

Giochi per persone anziane in forma – Parte principale: Labirinto con numeri

I partecipanti allenano la resistenza in modo ludico. È richiesto un buono spirito di squadra e il riconoscimento veloce di diversi segni.

I partecipanti sono in piedi incolonnati in gruppi su una linea di partenza. Il primo di ogni gruppo ha una palla. Alla linea di arrivo, ad attendere ogni gruppo c'è un foglio con un labirinto contenente dei numeri.

Il primo partecipante corre facendo rimbalzare la palla fino al labirinto e poi fa una croce sopra il numero uno. Ritorna al gruppo e passa la palla al prossimo partecipante che fa lo stesso con il numero due.



Quale dei gruppi segna per primo tutti i numeri del labirinto?

Materiale: una palla per gruppo, una penna e [un labirinto con numeri](#) (pdf)

Fonte: Barbara Vanza, Erika Tschumi, Sonja Werz (Pro Senectute)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO