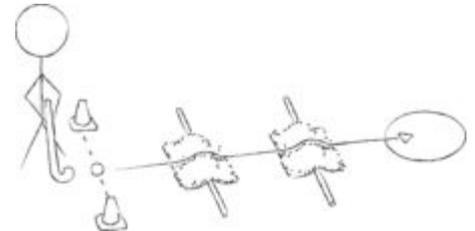


Minigolf – Per bambini e adolescenti – Difficoltà media: Colline

In questo esercizio gli allievi imparano a valutare meglio la forza necessaria a imprimere il colpo.

Gli allievi devono riuscire a superare le due colline e mandare in buca la pallina con un unico colpo. La principale difficoltà in questo caso consiste nel saper dosare la forza, tenendo presente pertanto che il tiro deve risultare piuttosto energico.



Più facile

- Allestire una sola collina (ostacolo). .

Più difficile

- Allestire una terza collina.
- Collocare un cono nel cerchio, che deve essere colpito con la pallina.

Materiale: un bastone da hockey o da unihockey, una pallina da tennis, due coni, un cerchio, quattro tappetini, due bastoni di legno

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO