

## G+S-Kids – Ginnastica: Lezione 5 «Salto con la corda»

Questa lezione serve per introdurre il salto con la corda lunga (longropes). I bambini acquisiscono le capacità di base per saltare con la corda e per far girare la corda.



[G+S-Kids – Ginnastica: Lezione 5 «Salto con la corda»](#) (pdf)

---

Fonte: [G+S-Kids](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSP**