

Racchette da neve: Tecnica di marcia e uso dei bastoni

Sebbene camminare nella neve sembri una cosa facile, è utile conoscere alcune tecniche. Questo aiuto spiega soprattutto come si utilizzano i bastoni.



Racchette da neve: Tecnica di marcia e uso dei bastoni

Fonte: Insetto pratico «mobile» 35/2007, Etienne Languetin, Mathias Thierstein, Gina Kienle



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO