

Attrezzi – Anelli: Il campo minato

Questo esercizio offre un mix di arrampicata e di equilibrio. I bambini si divertono ad attraversare la palestra appoggiando il piede negli anelli sospesi molto bassi.



Gli anelli sono regolati molto bassi. Attraversare la palestra a destra e a sinistra appoggiando il piede all'interno degli anelli.

Variante

Due gruppi. Un gruppo inizia a destra, l'altro a sinistra. I ragazzi partono uno in fila all'altro e ogni volta usano l'anello successivo. Quale gruppo raggiunge per primo il lato opposto?

Fonte: Insetto pratico 17/2006, Claudia Harder, Mariella Markmann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO