

Burner Games – Dare il massimo: Scalata del Cervino

Una variante di palla bruciata che si svolge sul «Cervino». Un gioco intensivo che non mancherà di regalare divertimento ai numerosi partecipanti.

Numero di giocatori 16-30

Intensità XXX

Materiale necessario XXX

Tempo necessario XXX



Preparazione

Nel centro della palestra costruire il «Cervino» (v. immagine). Disporre quattro parallele una accanto all'altra (in posizione parallela). Su queste, posizionare sei tappetini a 90° affinché tutti gli staggi siano coperti. Sopra, disporre due tappetoni uno sopra l'altro a 90°.

In cima, posizionare quattro tappetini da 16 e nel centro mettere il mazzo di chiavi del docente. Davanti al Cervino posizionare un tappetone in verticale e davanti a questo un minitramp. Sul lato destro della montagna costruire una scala con cinque cassoni. Dietro fissare una panchina e sul quarto lato disporre un tappetone per scendere.



Svolgimento

Formare due squadre che si affrontano in un gioco simile alla palla bruciata. Gli attaccanti si suddividono in due squadre. Dalla linea di fondo del campo da pallavolo, due attaccanti lanciano ciascuno una palla di gommapiuma, partono subito e cercano di scalare il Cervino. Se arrivano in cima passando per la scala ottengono un punto, tramite il trampolino tre punti e dalla panchina quattro punti.

I punti valgono solamente se il giocatore arriva in cima alla montagna e riesce a scuotere le chiavi prima di essere colpito. I due attaccanti possono passare dallo stesso lato o scegliere sentieri diversi. Se un giocatore viene colpito, l'altro può continuare la scalata e fare punti. Il turno finisce quando entrambi i giocatori sono riusciti ad arrivare alla vetta o sono stati colpiti. Poi tocca ai prossimi due.

La squadra degli attaccanti cerca di fare più punti possibili entro sette minuti. I difensori prendono subito le palle e cercano di colpire gli attaccanti. La palla deve colpire direttamente il giocatore e non può prima rimbalzare su un attrezzo. Gli attaccanti che hanno già raggiunto e fatto suonare il mazzo di chiavi non possono più essere colpiti. I difensori non devono intralciare gli attaccanti (attenzione al minitramp) e non possono salire sul Cervino. Si invertono i ruoli dopo sette minuti.

Materiale: 2 palle di gommapiuma, nastri per delimitare le squadre, 4 parallele, 4 tappetoni, 6 tappetini, 4 tappetini da 16, 1 panchina, 5 cassoni, 1 minitramp, un mazzo di chiavi

Fonte: [Muriel Sutter, Burner Games](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO