

# Sport per adulti – Resistenza: Indovina la parola

Più in fretta si riesce ad indovinare la parola, più corta sarà la distanza che i partecipanti di questo esercizio dovranno percorrere al ritorno. Il monitore sceglie delle parole impegnative ma divertenti.



Il monitore pensa ad una parola e dice ai partecipanti il numero di lettere di cui è composta. Dopo aver percorso correndo una certa distanza, i partecipanti devono indovinare a turno una lettera.

Se la lettera figura nella parola da indovinare, il monitore la trascrive su un foglio inserendola nella buona posizione.

Prima di proporre un'altra lettera i partecipanti devono fare un altro giro di corsa. Chi riesce ad indovinare per primo la parola in questione?

## Varianti:

- Far indovinare tutta la frase.
- Sotto forma di gara a squadre.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO