

G+S-Kids – Vela: Lezione 6 «Ci ribaltiamo»

Una lezione in cui i ragazzi approfondiscono la virata e l'abbattuta. Imparano inoltre a ribaltare l'opti. Ma attenzione: non bisogna assolutamente obbligare chi non vuole ribaltarsi a farlo.



[G+S-Kids – Vela: Lezione 6 «Ci ribaltiamo»](#) (pdf)

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO