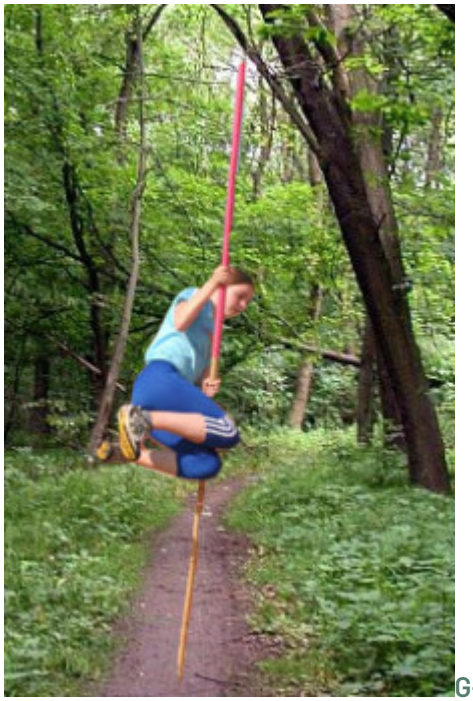
G+S-Kids – Correre-Saltare-Lanciare: Lezione 7 «Nel bosco con l'asta»

In questa lezione i bambini utilizzano l'asta a mo' di pendolo e si familiarizzano con questo nuovo attrezzo. Inoltre rafforzano la muscolatura necessaria per eseguire correttamente il salto con l'asta.



G+S-Kids – Correre-Saltare-Lanciare: Lezione 7 «Nel bosco con l'asta»

Fonte: G+S-Kids

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO