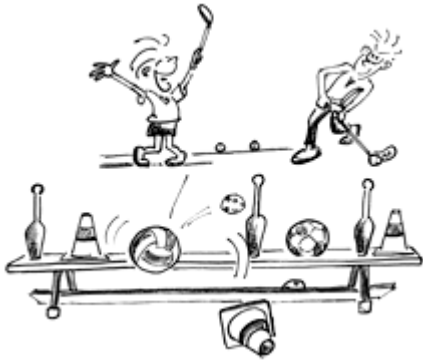


Unihockey – Tirare: Lunapark

Un esercizio in cui vengono proposti diversi bersagli disposti su di un supporto. Gli allievi devono colpirli trovando il giusto equilibrio fra forza e precisione.



Si gioca a gruppi e con dei tiri mirati si cerca di colpire diversi elementi (palloni da pallavolo, cinesini, coni, clavette, ecc.) che si trovano sulle panchine.

Varianti

- Senza panchine: gli elementi sono per terra.
- Le panchine sono davanti a una parete, così le palline non finiscono nel campo avversario.
- È disponibile solo un determinato numero di tiri.
- Definire iel tipo di tiro.

Materiale: panchine, diversi oggetti (palloni da pallavolo, cinesini, coni, clavette, ecc.)

Fonte: [Reto Balmer, responsabile della formazione a swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO