

## G+S-Kids – Lotta: Lezione 1 «Contatto fisico I»

In questa lezione i bambini imparano e si abituano in maniera graduale e adattata alle loro capacità ad avere un contatto fisico indiretto e diretto. In questo modo esercitano e migliorano le loro capacità di coordinazione.



[G+S-Kids – Lotta: Lezione 1 «Contatto fisico I» \(pdf\)](#)

---

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO