

G+S-Kids – Badminton: Lezione 5 «Colpire dall’alto»

In questa lezione i bambini eseguono diversi colpi al di sopra della testa (Clear, Drop e Smash). La difficoltà consiste nel valutare la traiettoria del volano e nell’effettuare un buona presa di slancio per caricare il braccio prima del colpo.



G+S-Kids – Badminton: Lezione 5 «Colpire dall’alto»

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO