G+S-Kids – Tiro sportivo: Lezione 3 «Partenza del colpo»

In questa lezione si tratta di migliorare la coordinazione, la concentrazione ed eseguire perfettamente i passi per la partenza del colpo (precorsa, punto d'arresto, premere in modo cosciente fino a fine-corsa).

G+S-Kids – Tiro sportivo: Lezione 3 «Partenza del colpo» (pdf)

Fonte: G+S-Kids

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO