

## G+S-Kids – Tiro sportivo: Lezione 5 «Equilibrio»

Questa lezione serve ad allenare l'equilibrio e a stabilizzare il tronco. Nonostante l'instabilità della posizione seduta, i bambini devono mirare il più precisamente possibile ed eseguire la miglior partenza del colpo possibile.

[G+S-Kids – Tiro sportivo: Lezione 5 «Equilibrio» \(pdf\)](#)



---

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**