

## G+S-Kids – Pallanuoto: Lezione 3 – «Variazioni con o senza pallone»

Questa lezione presenta degli esercizi di mobilità e delle forme specifiche della pallanuoto da eseguire con delle variazioni, che risvegliano il piacere della competizione.



G+S-Kids – Pallanuoto: Lezione 3 – «Variazioni con o senza pallone»

---

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSP**