

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 41 (1984)

Heft: 3

Rubrik: Circuito nel terreno

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Siehe Rechtliche Hinweise.

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. Voir Informations légales.

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. See Legal notice.

Download PDF: 21.05.2025

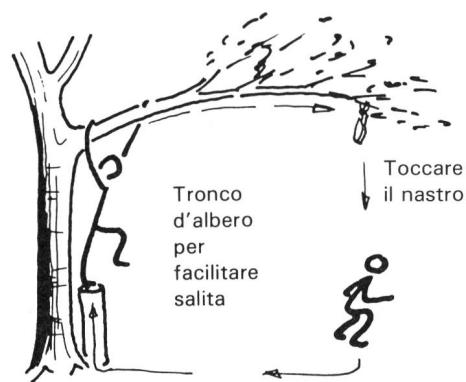
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Circuito nel terreno

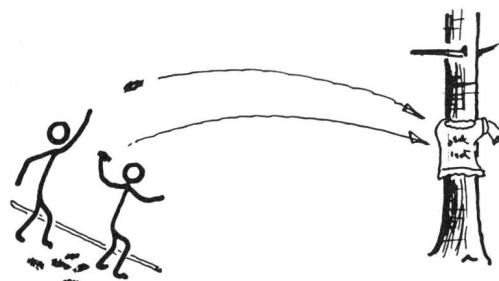
di Max Etter



Rullo compressore



In sospensione



Tiro di precisione



Percorso d'ostacoli

sopra rami/frasche (elevare le ginocchia!)



Particolarità:

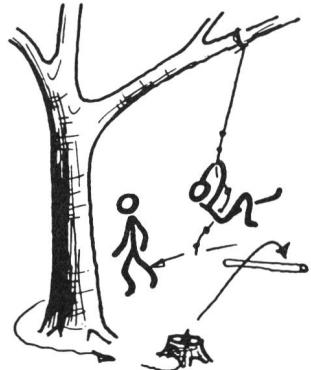
- assolvere i compiti ai cantieri a coppie simultaneamente

Materiale:

4 corde per saltare, nastri



Getto del tronco



Messa in moto:

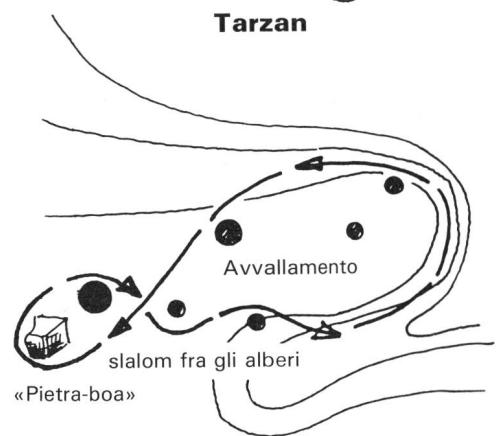
- in collegamento con i cantieri se questi sono già pronti

Costruzione:

- il monitor può preparare il percorso
- gli allievi cercano, costruiscono, provano i cantieri (il monitor fornisce il quadro generale)

Svolgimento:

- percorso di prova: si stabiliscono i punteggi per ogni cantiere
- fissare tempo o ripetizioni



Curva sopraelevata sulla parete di roccia

