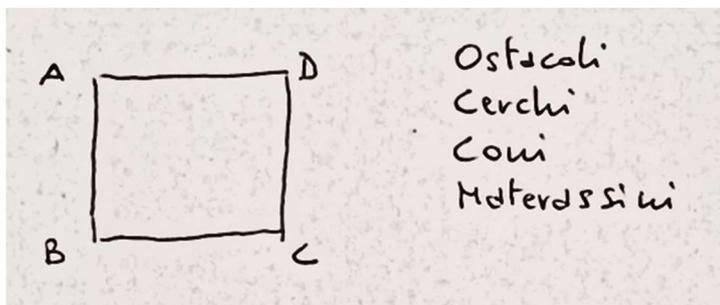


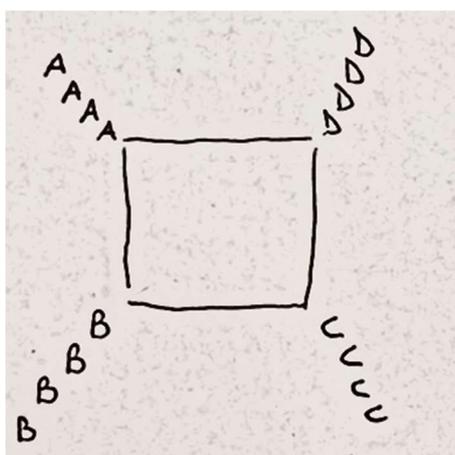
PERCORSO MISTO A QUADRATO:

Percorso misto con ostacoli, cerchi, coni e materassini. La forma dipenderà dal numero di iscritti quindi potrà essere un pentagono, esagono, etc ...



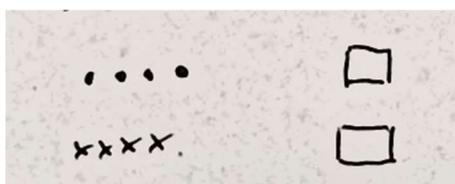
STAFFETTA "INSEGUIMENTO":

Ogni atleta fa un giro e passa il testimone al compagno.



TIRO A BERSAGLIO:

Ogni atleta lancia X palline cercando di fare canestro nello scatolone; poi recupera le palline e le porta al 2° della fila.



ANDATA E RITORNO:

Partenza da seduti, ogni atleta gira attorno alla boa e consegna il testimone al prossimo compagno.

