

PROGRAMMA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE 1 f inf

Prof. Terreni Antonella

- Semplici esercizi ordinativi
- Esercizi preatletici
- Esercizi di stretching e sbloccaggio articolare
- Esercizi posturali
- Giochi sportivi : calcetto, pallavolo e pallacanestro
- Informazioni generali sui muscoli articolazioni e scheletro

Empoli 30 mag. 22