

Kleine Ballspiele: Koordinations- und Kraftparcours

Diese Lektion wird in Form eines Parcours durchgeführt. Der Fokus dabei liegt auf Koordinations- und Kraftübungen mit Bällen.

Lektion: Koordinations- und Kraftparcours



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO