

# J+S-Kids – Course/Saut/Lancer: Leçon 1 «Courir vite»

Au cours de cette leçon, les enfants rassemblent diverses expériences dans le domaine de la course de vitesse.

[J+S-Kids – Course/Saut/Lancer: Leçon 1 «Courir vite»](#) (pdf)



Source: [J+S-Kids](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**