

Schwimmen lernen – Gleiten: Schleppschiff

Zwei Kinder schleppen sich gegenseitig auf der Wasseroberfläche ab und üben das entspannte Gleiten im Wasser.

In Bauch- oder Rückenlage ziehen die Kinder einander mit einem Ring. Sie halten sich an den Händen der gestreckten Arme.



In Rückenlage auch zwischen den Schulterblättern halten möglich.



Material: Ringe

→ Übungssammlung: [Auf die Stufen verteilt](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO