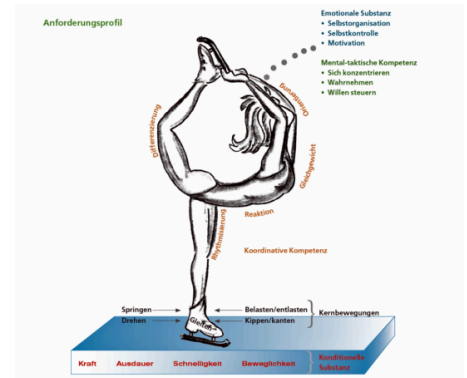


# Eislauf: Im Gleichgewicht bleiben

Im Rahmen einer vielseitigen und wichtigen Basisausbildung in den Bewegungsgrundformen ist Eislaufen Pflicht und Kür zugleich. Durch Eislaufen werden Kernkompetenzen der Bewegungserziehung gefördert und entwickelt.

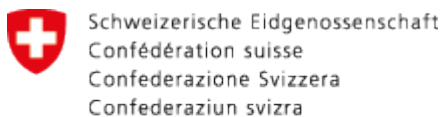
Eislaufen bietet eine ideale Gelegenheit, um das dynamische Gleichgewicht zu fordern und zu fördern. Analog zu Sportarten wie Skifahren, Inline Skating und Skilanglauf ist die ständige Suche nach dem Gleichgewicht eine der Grundanforderungen im Eislauf.

Somit können auf dem Eis die wichtigen Kernkompetenzen der allgemeinen motorischen Basisausbildung wie rutschen und gleiten bestens entwickelt und gefördert werden. Je jünger die Kinder sind, desto allgemeiner sollen die Bewegungsgrundformen vermittelt werden. Je älter die Kinder werden, desto häufiger wollen sie bestimmte Sportarten spezifisch kennen lernen und ausüben.



→ [Kindersport – Bewegungsgrundformen: Gleiten / rutschen](#)

Quelle: Ina Jegher, J+S-Fachleiterin Eislauf, Lea Seiler, J+S-Leiterin Eiskunstlauf



Bundesamt für Sport BASPO