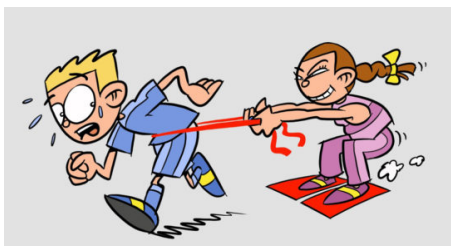


# Off-Snow-Training für Kinder: Kondition und Koordination

Die Konditionsfaktoren – Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit – und die Koordination sollen bereits im frühen Kindesalter entwickelt und trainiert werden. Dies allerdings gezielt und dem Alter entsprechend. Tipps für ein gelungenes Off-Snow-Training.



[Off-Snow-Training für Kinder – Kondition und Koordination \(pdf\)](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**