

Schwingen: Respekt, Kraft und Koordination

Ab dem 30. August messen sich die «Bösen» wieder am Eidgenössischen Schwing- und Älplerfest in Burgdorf (BE). Zu diesem Anlass stellen wir 10 Lektionen für 5- bis 10-jährige Nachwuchsschwinger vor, die dereinst in die Fusstapfen von Wenger, Abderhalden und Co. treten wollen.

Ganz egal, dass Schwinger umgangssprachlich die «Bösen» genannt werden: Beim Schwingen wird Kameradschaft ganz gross geschrieben. Jeder «Böse» respektiert seinen Gegner und verhält sich korrekt gegenüber allen anwesenden Personen.

In den zehn Lektionen werden die Werte dieser urschweizerischen Sportart nach Kindern näher gebracht. Ausserdem entwickeln und verbessern sie ihre koordinativen Fähigkeiten, die Kraft, gewöhnen sich an Körperkontakt und lernen unterschiedliche Falltechniken, damit sie sich nicht verletzen.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO