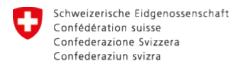
Nationalturnen – Schwingen: «Circuit: Rumpf und Hüftmuskulatur» / Koordination

Während dieser Lektion absolvieren die Jugendlichen eine Circuit zur Stärkung des Rumpfs und der Hüftmuskulatur.

<u>Nationalturnen – Schwingen: «Circuit: Rumpf und Hüftmuskulatur»</u> (pdf)





Bundesamt für Sport BASPO