

J+S-Kids – Segeln: Lektion 3 «Paddeln im Opti ohne Rigg»

Während dieser Lektion sollen die Kinder möglichst rasch ins Wasser und den Opti mit Paddel und Ruder fortbewegen.



[J+S-Kids – Segeln: Lektion 3 «Paddeln im Opti ohne Rigg» \(pdf\)](#)

Quelle: [J+S-Kids](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO