

J+S-Kids – Skilanglauf: Lektion 4 «Fahren – im Gleichgewicht»



In dieser Doppel-Lektion erproben die Kids vielfältige Bewegungen auf den Skiern. Es werden Streck- und Hockepositionen, einbeiniges Fahren und kleine Kunststücke geübt.

J+S-Kids – Skilanglauf: Lektion 4 «Fahren – im Gleichgewicht»

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO