

J+S-Kids – Patinage: Leçon 5 «Sauter»

Au cours de cette leçon, les enfants apprennent à sauter sur la glace, ce qui sollicite leur courage. Attention: il est important d'incliner légèrement le corps en avant lors de la réception d'un saut d'avant en avant.



J+S-Kids – Patinage: Leçon 5 «Sauter»

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO