

## J+S-Kids – Eislauf: Lektion 8 «Dreiersprung»

Eine Lektion zum Erwerben des Dreiersprungs. Gleichzeitig wird der Mut der Schülerinnen und Schüler gefördert. Bei allen Sprüngen sollte bei der Landung eine leichte Körperneigung nach vorne eingenommen werden.



### J+S-Kids – Eislauf: Lektion 8 «Dreiersprung»

---

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**