

J+S-Kids – Leichtathletik: Lektion 23 «Vom Drehwerfen zum Diskuswurf»

In dieser Lektion wird vom «Drehwerfen» auf die Form «Werfen aus einer ganzen Drehung» hingearbeitet. Es kommt zum ersten Kontakt mit dem Diskus.



[J+S-Kids – Leichtathletik: Lektion 23 «Vom Drehwerfen zum Diskuswurf» \(pdf\)](#)

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO