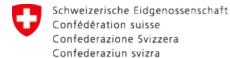
## J+S-Kids - Skilanglauf: Lektion 6 «Skating - Grundlagen»

Der Fokus liegt in dieser Doppel-Lektion auf der Fahrform Skating. Diese wird mit Gleichgewichts-, Rhythmus- und Schnelligkeits-Übungen erprobt und verbessert.



J+S-Kids - Skilanglauf: Lektion 6 «Skating - Grundlagen»

Quelle: J+S-Kids



Bundesamt für Sport BASPO