G+S-Kids – Immersione libera: Lezione 2 «Propulsione con le gambe»

Durante questa lezione, i bambini utilizzano e allenano principalmente i movimenti con le loro gambe. E lo fanno con dei giochi come l'acchiappino sott'acqua, saltando fuori dall'acqua col corpo teso, ecc.

G+S-Kids – Immersione libera: Lezione 2 «Propulsione con le gambe»

Fonte: G+S-Kids

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO