

J+S-Kids – Freitauchen: Lektion 4 «Schnelligkeit und Kraft im Wasser»

Die Teilnehmenden trainieren ihre Schnelligkeit und Kraft. In dieser Lektion finden Team-Spiele statt, in denen schnell gehandelt werden muss, um das Resultat zu beeinflussen.



Bild: bfu

J+S-Kids – Freitauchen: Lektion 4 «Schnelligkeit & Kraft im Wasser»

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO