

# J+S-Kindersport – Nationalturnen: Lektion 20 – Schwingen: «Der Turner Herkules»

Während dieser Lektion für Fortgeschrittene üben die Kinder angriffiges Schwingen und führen Schwungübungen aus.



[J+S-Kindersport – Nationalturnen: Lektion 20 – Schwingen: «Der Turner Herkules» \(pdf\)](#)

---

Quelle: J+S-Kindersport



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**