

## G+S-Kids – Curling: Lezione 4 «My First Shot»

Questa lezione permette di approfondire lo spazzolamento. Inoltre sono introdotte azioni come l'In-Handle e l'Out-Handle. È importante seguire il ritmo IN AVANTI – IN ALTO – INDIETRO – E SPINGERE.



[G+S-Kids – Curling: Lezione 4 «My First Shot»](#)

---

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**