

# Für Kinder – Eislauf: Lektion 1 «Gleiten»

Die Schüler lernen in dieser Lektion, sich auf den Schlittschuhen sicher von A nach B zu bewegen und erwerben die Fähigkeit zu gleiten.



## Rahmenbedingungen

- **Lektionsdauer:** ≥60 Minuten
- **Niveau:** einfach
- **Empfohlenes Alter:** 5 – 10 Jährige
- **Gruppengrösse:** 6 bis 12 Teilnehmer pro Lehrperson
- **Kursumgebung:** Abgesperrte Eisfläche
- **Sicherheitsaspekte:** Keine speziellen Hinweise

## Zielsetzungen/Lernziele

- Die Schüler können sich von A nach B bewegen. Sie erwerben die Fähigkeit «gleiten».

[J+S-Kids – Eislauf: Lektion 1 «Gleiten»](#)

---

Quelle: [J+S-Kindersport](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**