

## Für Kinder – Baseball: Lektion 2 «ABC des Werfens»

Eine Lektion, um den korrekten Wurf kennen zu lernen. Die Kinder wissen, wie der Schläger gehalten und geschwungen wird.



### Rahmenbedingungen

- **Lektionsdauer:** ≥60 Minuten
- **Niveau:** einfach
- **Empfohlenes Alter:** 8 – 10 Jährige
- **Gruppengrösse:** 18 (Minimum 6, Maximum 20)
- **Kursumgebung:** Fussballfeld oder 2 Fachturnhalle
- **Sicherheitsaspekte:** siehe [Lektion 1](#). Beim Schlagen ist auf genügend Abstand (1-2 Meter) zu achten. Nach dem Schlag darf der Schläger (Bat) nicht geworfen werden.

### Zielsetzungen/Lernziele

- Die Kinder lernen den korrekten Wurf kennen. Wie wird der Schläger gehalten und geschwungen?

[J+S-Kids – Baseball: Lektion 2 «ABC des Werfens»](#)

---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**