

## G+S-Kids – Nuoto di salvataggio: Lezione 2 «Tecnica di salvataggio»

Grazie a questa lezione gli allievi migliorano l'adattamento all'acqua, riducono la paura dell'acqua e allenano i movimenti contro la resistenza dell'acqua, nonché l'espiazione in acqua.



[G+S-Kids – Nuoto di salvataggio: Lezione 2](#)

---

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**