

# J+S-Kindersport – Schwingen: Lektion 5 «Zweikampf»

In dieser Lektion lernen die Kinder auf spielerische Art verschiedene koordinative Bewegungsabläufe. Zudem wird das freie Kämpfen im Schwingen eingeführt.



## J+S-Kindersport – Schwingen: Lektion 5 «Zweikampf»

---

Quelle: J+S-Kindersport



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**