G+S-Kids – Nuoto di salvataggio: Lezione 1 «Lancio di una palla di salvataggio»

In questa lezione i bambini imparano a lanciare una palla di salvataggio verso un bersaglio fisso. Inoltre recuperano 4 oggetti immersi a una profondità di almeno 1,50m e su 2x4m di superficie e riescono a nuotare la metà della loro età.

G+S-Kids – Nuoto di salvataggio: Lezione 1

G+S-Kids – Nuoto di salvataggio: Lezione 1A

Fonte: G+S-Kids

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO