

# Für Kinder – Synchronschwimmen: Lektion 2 – «Paddeln»

Paddeln ist nicht gleich Schwimmen: Es gibt keine Zug- und Druckphasen. Die Bewegung findet gleichmässig, mit konstantem Druck statt. Die Kinder üben dies in dieser Lektion.



J+S-Kids – Synchronschwimmen: Lektion 2 – «Paddeln»

---

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**