

Sport trotz Dispens: Unspezifische Rückenschmerzen

Wenn die Schülerin oder der Schüler über unspezifische Rückenschmerzen klagt, können die Aktivitäten dieser Lektion trotzdem problemlos durchgeführt werden.



Rahmenbedingungen

- Dauer: 45 Minuten
- Stufe: Sek I und II
- Alter: 11 - 20 Jahre

Lektion: [Unspezifische Rückenschmerzen](#) (pdf)

Quelle: [Claudia Diriwächter, Christoph Wechsler](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO