

Für Kinder – Leichtathletik: Lektion 22 «Vom Stossen zum Kugelstoss»

In dieser Lektionen sammeln die Kinder Erfahrungen im Stossen mit Kugeln (Bälle gross und klein) und lernen altersangepasste Anlauftechniken (Wechselschritt empfohlen). Dabei orientieren sie sich an technischen Grundlagen des Kugelstossens.



[J+S-Kids – Leichtathletik: Lektion 22 «Vom Stossen zum Kugelstoss» \(pdf\)](#)

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO