INGEDIEND DOOR
Irmgard

ON
06-04-2016

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Inlineskaten



Inlineskaten biedt tal van mogelijkheden om de gymles met spel en plezier aantrekkelijk te maken.

Bochtjes, pirouettes, sprongen, trucjes en inlinehockey maken van inline skaten een uiterst interessante en gevarieerde lesinhoud. De coördinatievaardigheden worden aangescherpt en verbeterd, en de conditie kan op een gewrichtsvriendelijke manier worden bevorderd.

Belangrijk

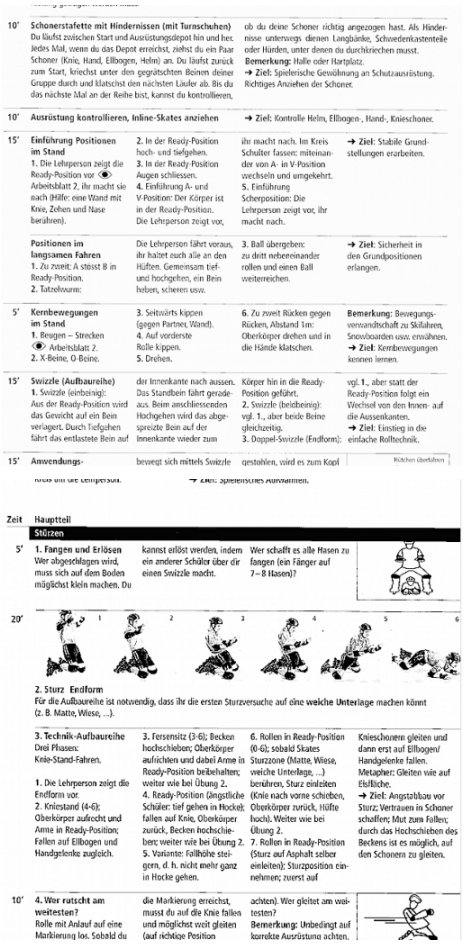
- Plak lichtreflecterende stroken aan de voor- en achterkant van de skates. Draag ’s nachts een wit licht dat naar voren schijnt en een rood licht dat naar achteren schijnt, zodat je goed zichtbaar bent. Deze kunnen aan de kleding worden bevestigd.
- Rijd alleen op verkeersvrije pleinen, op trottoirs, voet- en fietspaden.
- Rijd alleen op zijstraten met weinig verkeer als er geen trottoirs, voet- en fietspaden langs de weg zijn.
- Neem het verkeersbord „verbod voor voertuigachtige apparaten“ in acht en respecteer het „verbod voor voetgangers“.
- Remmen en de „kreukelzone“ zijn een belangrijk onderdeel van ongevallenpreventie! Zorg ervoor dat je elleboog- en kniebeschermers draagt.

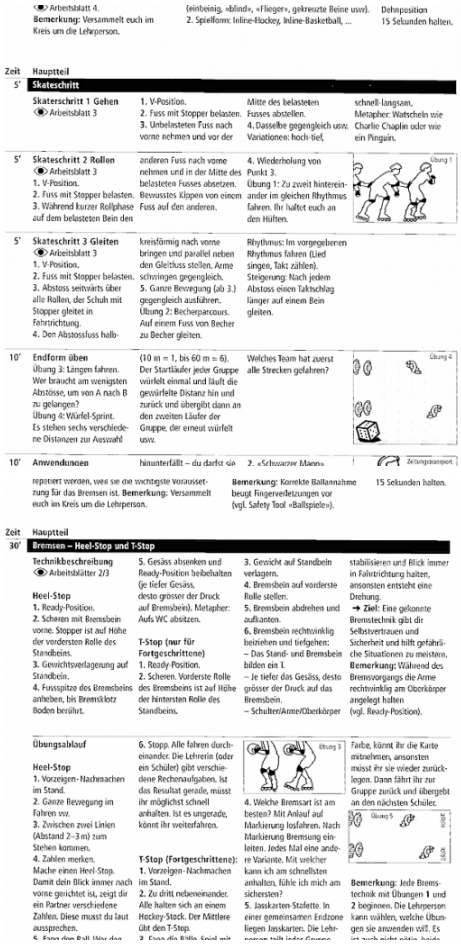


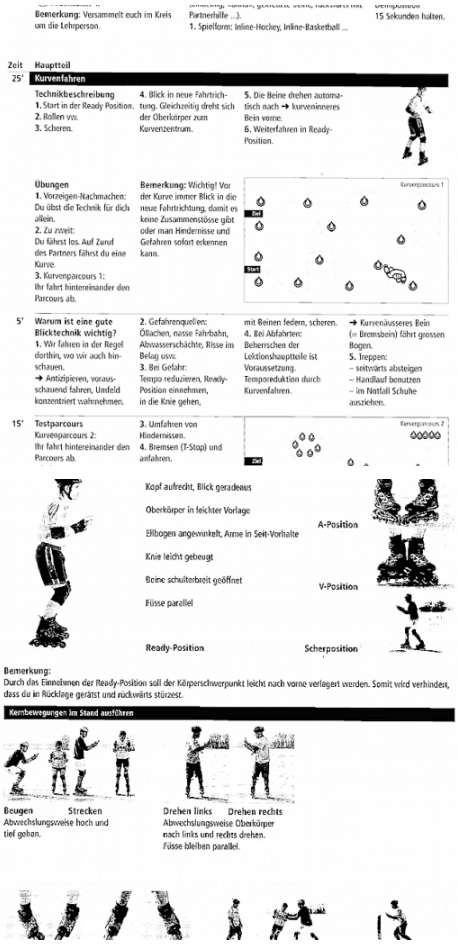
YoungstarsWiki.org

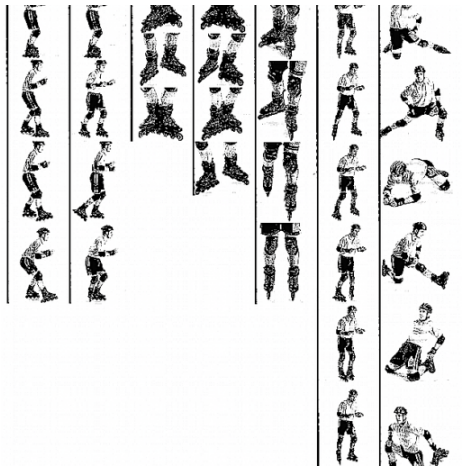
Start_Artikel

Foto's met betrekking tot: basisbeginselen, rijden, bochten, vallen, remmen, techniek, rijfoto's









Bronvermelding:
Inhoud en afbeeldingen: Zwitserse Raad voor Ongevallenpreventie, bfu, Bern **copyright:**
www.safetytool.ch erz [at] bfu.vh (www.bfu.ch erz[at]bfu[dot]vh)

De Safety Tool is ontwikkeld als onderdeel van de afstudeerscriptie voor het diploma turnleraar van Reto en Rainer Langenegger, in samenwerking met Jugend+Sport

zie ook: SISA Zwitserland. Inline-skate-bindings www.inlineinstruktoren.ch

Weitere Informationen

Categorieën
Spelletjes en activiteiten

Tags
Inlineskaten
Sport
Lichamelijke opvoeding
Spel
Bewegingsspel

Aantal deelnemers
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Bijbel
Deze informatie ontbreekt.

Duur
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Materiaal
Bijna moeiteloos

Bestanden downloaden
Bestand downloaden

KI Generierter Inhalt
Inhoud
Categorieën
Tags
Aantal deelnemers
Bijbel
Duur
Materiaal

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/nl/wiki/art/inlineskaten