

J+S-Kids – Judo: Lektion 10 «Einführungslektion Ju-Jitsu: Spielend sich wehren lernen»

Diese Einführungslektion ist dem Ju-Jitsu gewidmet. Die Kinder arbeiten an der Beherrschung ihrer Körperkontrolle und an der Bewegungskoordination (rückwärts fallen) mit einem Partner.



J+S-Kids – Judo: Lektion 10 «Einführungslektion Ju-Jitsu: Spielend sich wehren lernen»

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO