J+S-Kids – Karate: Lektion 2 «Beintechniken / Kicks»

In dieser Lektion geht es darum, dass die Kinder verschiedene Beintechniken kennen lernen. Die Kick-Übungen werden zuerst ohne, dann mit Partner durchgeführt.

J+S-Kids – Karate: Lektion 2 «Beintechniken / Kicks»

Quelle: J+S-Kids

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO