

## J+S-Kids – Judo: Lektion 5 «Falltechniken und Bodenelemente 2»

Fall- und Bodenelemente werden in dieser Lektion erweitert. Erste Erfahrungen mit dem rückwärts Fallen werden dank aufbauender Übungsfolgen ermöglicht.



J+S-Kids – Judo: Lektion 5 «Falltechniken und Bodenelemente 2»

---

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**