

Für Kinder – Judo: Lektion 9 «Falltechnik vorwärts und O-goshi / Kämpfen im Stand»

In dieser Lektion geht es um das Erlernen der Falltechnik vorwärts und des Hüftwurfes (O-goshi oder Uki-goshi). Die Kinder üben das, indem sie z.B. zahlreiche kleine und grosse Purzelbäume ausführen.



[J+S-Kids – Judo: Lektion 9 «Falltechnik vorwärts und O-goshi / Kämpfen im Stand»](#)

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO