

Für Kinder – Judo: Lektion 8 «Falltechnik rückwärts und O-soto-gari / Kämpfen im Stand»

Die Kinder erlernen in dieser Lektion die Falltechnik rückwärts und die Wurftechnik «grosse Aussensichel» (O-soto-gari). Zudem kämpfen sie miteinander im Stand.



J+S-Kids – Judo: Lektion 8 «Falltechnik rückwärts und O-soto-gari / Kämpfen im Stand»

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO