

Für Kinder – Judo: Lektion 1 «Einführung: Verhext»

Eine Lektion um spielerisch die judospezifischen Vorübungen zu lernen. Koordinative Erfahrungen werden gesammelt, Bodengefühl wird entwickelt und Falltechniken erlernt.



J+S-Kids – Judo: Lektion 1 «Einführung: Verhext»

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO