

Pour les enfants – Judo: Leçon 8 «Chute en arrière et grand fauchage extérieur»

Au cours de cette leçon, les enfants apprennent la chute en arrière et la technique de projection «grand fauchage extérieur» (O-soto-gari).



J+S-Kids – Judo: Leçon 8 «Technique de chute en arrière et du grand fauchage extérieur / Combattre debout»

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO