

# Pour les enfants – Judo: Leçon 7 «Immobilisation et sortie / Combattre au sol»

Au cours de cette leçon, les enfants apprennent l'immobilisation assis de côté (Kesa-gatame) et combattent ensemble au sol.



J+S-Kids – Judo: Leçon 7 «Immobilisation et possibilité de sortie / Combattre au sol»

---

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**