

G+S-Kids – Judo: Lezione 1 «Introduzione: Stregati»

Una lezione che permette di imparare in modo ludico il contenuto degli esercizi di preparazione a questa disciplina. Gli allievi sviluppano la coordinazione e la sensazione di contatto con il suolo, inoltre imparano le varie tecniche di caduta.



G+S-Kids – Judo: Lezione 1 «Introduzione: Stregati»

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO