Für Kinder – Ringen: Lektion 5 «Spielen, Raufen und Kämpfen II»

In dieser Lektion wird die Anfänger-Technik Halbnelson («Schnecken drehen») eingeführt. Es kommt auch in den Vorübungen vermehrt zum direkten Körperkontakt. Zudem wird in der Stunde eine Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten angestrebt.

J+S-Kids – Ringen: Lektion 5 «Spielen, Raufen und Kämpfen II»

Quelle: J+S-Kids

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO