

Für Kinder – Ringen: Lektion 8 «Spielen, Raufen und Kämpfen V»

In dieser Lektion wird die Grundtechnik Schulterwurf eingeführt. Durch vorbereitende Übungen werden die Kinder progressiv zur Endform geführt. Auch das Spielen kommt nicht zu kurz.



J+S-Kids – Ringen: Lektion 8 «Spielen, Raufen und Kämpfen V»

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO