

Für Kinder – Ringen: Lektion 9 «Spielen, Raufen und Kämpfen VI»

In dieser Lektion üben die Kinder den Durchdreher als Grundtechnik. Durch die Verlagerung des Körperschwerpunktes lernen sie den Gegner zu bezwingen bzw. sich zu verteidigen.



J+S-Kids – Ringen: Lektion 9 «Spielen, Raufen und Kämpfen VI»

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO