

## G+S-Kids – Lotta 2 «Contatto fisico II»

Questa lezione si focalizza su esercizi di contatto fisico indiretto (gruppo o partner) per poi passare progressivamente ad esercizi con contatti diretti.



[J+S-Kids – Lotta 2 «Contatto fisico II»](#) (pdf)

---

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**