

Pour les enfants – Karaté: Leçon 9 «Découvrir les positions de base (dachi)»

Au cours de cette leçon, les enfants acquièrent les positions de base, les consolident et les diversifient. Attention: les articulations devraient toujours être légèrement fléchies.



[J+S-Kids – Karaté: Leçon 9 «Découvrir les positions de base \(dachi\)»](#) (pdf)

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO