

G+S-Kids – Karate: Lezione 9 «Le posizioni base (Dachi)»

I bambini, in questa lezione, dovranno assimilare le posizioni di base (Dachi). Inoltre lavoreranno sul rafforzamento e sulla forma.



[G+S-Kids – Karate: Lezione 9 «Le posizioni base \(Dachi\)» \(pdf\)](#)

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO