

Pour les enfants – Karaté: Leçon 10 «Découverte des premières techniques de blocage»

Au cours de cette leçon, les enfants acquièrent les premières techniques de blocage, les consolident et les diversifient. Le partenaire ne doit jamais être touché.



[J+S-Kids – Karaté: Leçon 10 «Découverte des premières techniques de blocage» \(pdf\)](#)

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO