

Für Kinder – Karate: Lektion 9 «Entdecken der Grundstellungen (Dachi)»

Die Kinder erwerben, festigen und gestalten in dieser Lektion wichtige Grundstellungen (Dachi) des Karate. Wichtig sind eine korrekte Rückenhaltung und Ausrichtung der Fuss- und Kniegelenke.



J+S-Kids – Karate: Lektion 9 «Entdecken der Grundstellungen (Dachi)»

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO