

Pour les enfants – Karaté: Leçon 5 «Introduction au premier kata»

Au cours de cette leçon, les enfants sont introduits au premier kata. Conditions préalables: les différentes positions et techniques de bras appartenant au kata sont acquises.



[J+S-Kids – Karaté: Leçon 5 «Introduction au premier kata» \(pdf\)](#)

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO