Für Kinder – Karate: Lektion 6 «Erste Angriffstechniken»

In dieser Lektion werden erste Angriffstechniken auf die verschiedenen Bereiche des Körpers ausgeführt. Durch die Anwendung bewährter Stoss-, Schritt- und Atemformen entwickeln die Kinder ein besseres Körpergefühl.

J+S-Kids – Karate: Lektion 6 «Erste Angriffstechniken»

Quelle: J+S-Kids

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO