

Pour les enfants – Karaté: Leçon 2 «Technique de jambes / Kicks»

Au cours de cette leçon, les enfants apprennent différentes techniques de jambes. Les «kicks» sont effectués individuellement, puis avec un partenaire.



[J+S-Kids – Karaté: Leçon 2 «Technique de jambes / Kicks» \(pdf\)](#)

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO