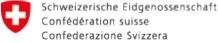
G+S-Kids - Lotta: Lezione 7 «Giocare, azzuffarsi e **lottare IV**»

Il tema di questa lezione è la tecnica della proiezione testa-fianchi per principianti, il così detto falciatore. Si consiglia di suddividere il gruppo in due parti e di richiedere la presenza di un responsabile lotta G+S.



G+S-Kids - Lotta: Lezione 7 «Giocare, azzuffarsi e lottare IV» (pdf)

Fonte: G+S-Kids



Confédération suisse Confederazione Svizzera Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO