

Geru waza: Yoko geru kekomi - zijwaarts, Geru waza: Yoko geru kekomi - zijwaarts

Alle kinderen worden op hun mouwen voorzien van een merkteken (gekleurd plaklint, sticker, linten...) Bij het oefenen van Yoko Geru blijven zij het merkteken van diegene vóór hen in het oog houden. De voorste mag voortdurend van richting veranderen. De achterste volgt en blijft richten naar de merktekens.

Aandacht: Spreek duidelijk af wanneer zij van plaats moeten wisselen : bv. na 10 x.

Materiaal

Geen

Partneroefening

Ja

Graad

7-6 kyu, 9-8 kyu, Beginner

Schoptechnieken

Yoko Geru Kekomi

