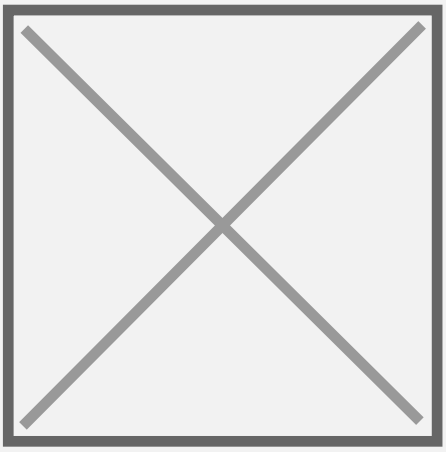
Karate Vlaanderen



Materiaal
Geen

Partneroefening
Ja

Graad
7-6 kyu, 9-8 kyu, Beginner

Schoptechnieken
Yoko Geri Kekomi

Geri waza: Yoko geri kekomi - zijwaarts, Geri waza: Yoko geri kekomi - zijwaarts

Alle kinderen worden op hun mouwen voorzien van een merkteken (gekleurd plaklint, sticker, linten...) Bij het oefenen van Yoko Geri 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.