

Technik-Übersicht Zyklus 1

6-10 Jahre

Wo Werte & Bewegung dein Lebenspuzzle vervollständigen



PAZURU

kampfkunst- und gesundheitszentrum

Prüfung: Mai 2025
Solingen: 05.05.-09.05.2025
Haan: 12.54.-16.05.2025
Graduierungsevent: 17.05.2025



STREIFEN 1

STREIFENWOCHE:
13.01.-18.01.2025

STREIFEN 2

STREIFENWOCHE:
03.02.-08.02.2025

STREIFEN 3

STREIFENWOCHE:
10.03.-15.03.2025

6-8 Jahre	8-10 Jahre
<p>TECHNIKEN</p> <p>Dummkopf Sweep Schildkröten Positionswechsel + Rucksack</p>	<p>TECHNIKEN</p> <p>Uchi Mata Beinklapper</p>
<p>BEWEGUNGSFORMEN</p> <p>Seitwärtsfallen mit einklatschen Wütender Affe</p>	<p>BEWEGUNGSFORMEN</p> <p>Partner-Klimmzug Zauberreifen</p>

6-8 Jahre	8-10 Jahre
<p>TECHNIKEN</p> <p>Klette Loch aus Strandlieger</p>	<p>TECHNIKEN</p> <p>Knee on stomach escape Pin Passage</p>
<p>BEWEGUNGSFORMEN</p> <p>Spinne mit Fußtipp Zielsprünge beidbeinig</p>	<p>BEWEGUNGSFORMEN</p> <p>Hock- & Fersensprung im Wechsel 4xMountainclimber & Kniestoß</p>

6-8 Jahre	8-10 Jahre
<p>TECHNIKEN</p> <p>Frühaufsteher Selbstverteidigung Griff im Nacken</p>	<p>TECHNIKEN</p> <p>Aufzug Sweep Schwitzkasten entkommen</p>
<p>BEWEGUNGSFORMEN</p> <p>Giftiger Skorpion Schuh&Handplattler mit Partner</p>	<p>BEWEGUNGSFORMEN</p> <p>Uhrzeiten-Einbeinstand Stütz mit Zahlen</p>