

Meine Stand-Judotechniken für die Gürtelprüfung

Trage hier die Techniken ein die du für deine Gürtelprüfung üben willst

Wurftechniken Hauptseite		Anwendungsform
1		
2		
3		
4		

Wurftechniken Gegenseite		Anwendungsform
1		
2		
3		
4		

Fußtechniken		Anwendungsform
1		
2		
3		
4		