

Sensibilisierung: Stufe 4

Posten-Nr.

2x

Postenaufbau:

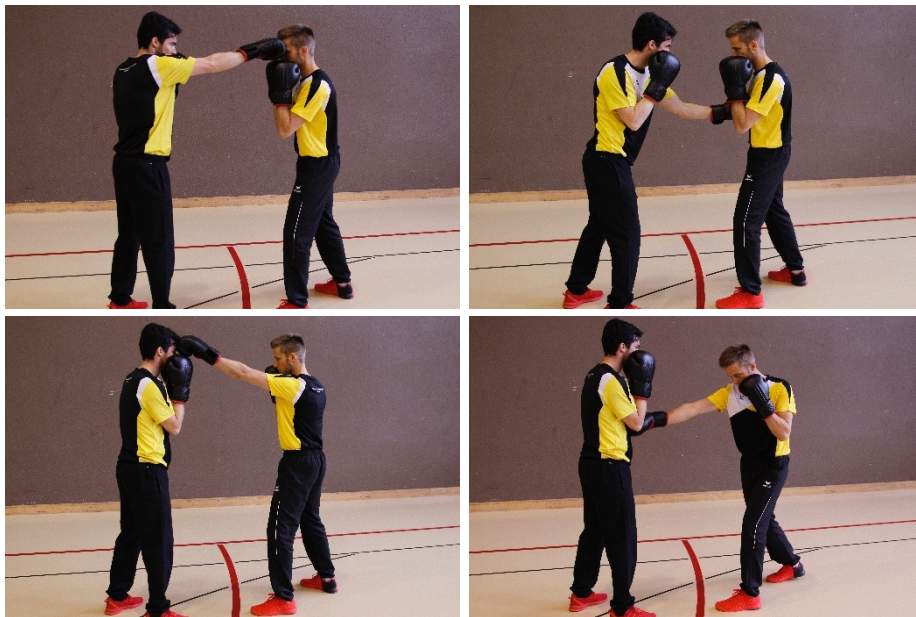
-

Material:

Pro Tn:

- 1 Paar
Boxhandschuhe

Übung:



Zwei Schläge werden fließend verbunden: Teilnehmer B versucht zwei Schläge fließend zu verbinden und mit beiden seinen Gegner zu touchieren. Nach der Schlagserie kontert A und macht ein bis zwei Schritte.