


[DOWNLOAD](#)

[READ ONLINE](#)
 [6.98 MB]

Judo Nage-no-Kata

By Ute Pfeiffer

Meyer & Meyer Fachverlag Aug 2008, 2008. Taschenbuch. Book Condition: Neu. 16.5x24x cm. Neuware - Die Nage-no-Kata, die Form des Werfens, befasst sich mit den Wurftechniken des Judo. Die Kata ist in fünf Gruppen mit jeweils drei Wurftechniken aufgeteilt. Die fünf-zehn Judowürfe werden beidseitig ausgeführt. Das vorliegende Buch möchte dem Kata-Neuling, aber auch den Kata-Trainern in den Vereinen aktuelles und mattentaugliches Lehrmaterial bereitstellen. Einführend werden wichtige allgemeine Dinge, wie die Matteneinteilung, die Körperhaltung, das Gehen, der Griff und vieles mehr erläutert. 120 pp. Deutsch.

Reviews

This composed book is great. It is actually loaded with wisdom and knowledge It is extremely difficult to leave it before concluding, once you begin to read the book.

-- **Lucious McDermott**

The publication is fantastic and great. It can be rally exciting throgh reading period of time. I am just very happy to inform you that this is the greatest publication i actually have read in my very own daily life and could be he very best ebook for at any time.

-- **Prof. Alvis Wuckert**