

PowerKid Level 2



Fallschule

- Rolle rückwärts gebremst rechts und links
- Rolle vorwärts rechts und links

Grundschule

- Vorkenntnisse
- Yoi dann links vor Gedan-barai
- 5x Angriffsstellung Hände auf Rücken
- 5x Angriffsstellung mit Gyaku-tsuki
- 5x Angriffsstellung mit Oi-tsuki

Kata

- Bujukai PowerKid Level 2 - (die komplette Kata ohne Abgrüßung)

Kampf

- Kampf im Stehen und Bodenkampf

Verteidigung

- Je nach Stand der Kinder