

Sensibilisierung: Stufe 3

Posten-Nr.

2x

Postenaufbau:

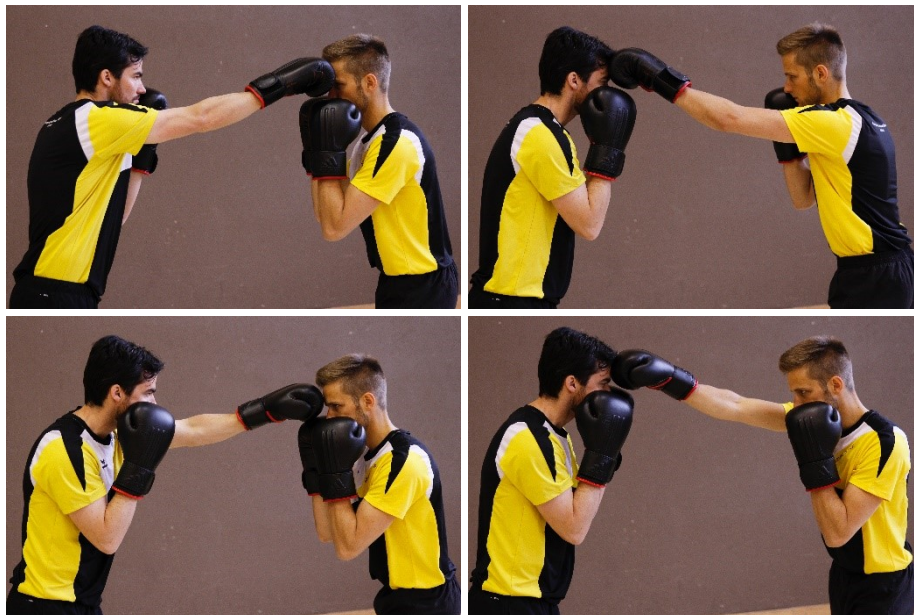
-

Material:

Pro Tn:

- 1 Paar
Boxhandschuhe

Übung:



Nach dem Treffer erfolgt ein Konter: A hält seine Hände auf Kopfhöhe und streckt den Arm in Richtung der Stirne von B, nachdem er den Treffer gespürt hat. A verifiziert so, ob B sofort wieder in Deckung geht.