

# Zapaśnik obala przeciwnika za nogi



**kolorowanki.pl** powered by 

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06310



**kolorowankioli.pl**

K-06310 · Wiek 5-12 lat

# Zapaśnik obala przeciwnika za nogi

Zapaśnik schyla się nisko, chwyta przeciwnika za nogi i obala go na matę. To jeden z popularnych sposobów na zdobycie punktów.

## Ciekawostka

Chwyłt za obie nogi to klasyczna technika obalenia w zapasach. Zawodnik musi działać szybko i nisko schylić się do maty.

## Sugerowane kolory

Trykoty niebieski i czerwony, mata pomarańczowa, podłoga sali szara, buty białe.

## Wskazówka dla rodzica

*Wytłumacz dziecku, że szybkość i refleks są w sporcie często ważniejsze od samej siły.*



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·  
Przedszkolne · Wesela · Komunie