

# Zur Lehre des GenDai-Budo gehören je nach Ausbildungsgrad und Alter:

Technik-Vermittlungsprinzip: ERWERB → ERHALT UND FESTIGUNG → ERGÄNZUNG

Im Sinne der langfristigen sportlichen Leistungsentwicklung verändern sich die Anteile von allgemeiner und spezieller Ausbildung in den einzelnen Trainingsetappen!

