

حدد أوجه التشابه والاختلاف بين القبضتين : قبضة السلام والقبضة الهندية .

القبضة الهندية



إحدى طرق القبض على المضرب

اليدين متباعدتان

اليدين متقاربتين

انشاء في الركبتين

وضع الجسم منخفض

قبضة السلام

