

Frisbee: Lancer et attraper

Les possibilités pour lancer et attraper le frisbee sont multiples. Zoom sur les différentes techniques de base dans ce moyen didactique.

[Frisbee: Lancer et attraper](#)

Source: Cahier pratique «mobile» 39/2008, Philippe Schüpbach



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO