

Piccoli giochi con la palla: Percorso per la coordinazione e la forza

Un percorso basato sulla coordinazione e la forza. Tutti gli esercizi vanno eseguiti con i palloni.

Lezione: Percorso per la coordinazione e la forza



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO