

Petits jeux de ballons: Parcours de coordination et de force

Objectifs de cette leçon: améliorer la coordination et développer la force tout au long d'un parcours dédié aux ballons.

Leçon: Parcours de coordination et de force



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO