

## Natation – Brasse: Lutte aquatique

De manière ludique, les nageurs mesurent la force de leurs jambes. L'exercice par deux se décline idéalement sous forme de concours.

Les nageurs se font face et se tiennent par leurs mains. Au signal, ils se repoussent mutuellement en s'aidant de la propulsion des jambes.



Photo: Bissig, 2008.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**