

Nuoto – Crawl: Crawl sott'acqua

Nuotare a crawl sott'acqua rende i movimenti più lenti. Grazie a questo esercizio gli allievi comprendono meglio i diversi aspetti tecnici.

Nuotare nello stile crawl sott'acqua.



Immagine: Bissig, 2008



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO