

Plongeon: Positions du corps et des mains

Le plongeon nécessite une bonne technique. Dans ce moyen didactique figurent quelques précisions sur les différentes positions du corps et des mains.

Plongeon: Positions du corps et des mains



Source: Lorenz Geissbühler, enseignant d'éducation physique et plongeur



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO