

Waterpolo – Plan d'entraînement cadre: Techniques de ballon – Protection du ballon

Ce contenu fait partie du « Plan d'entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo », Chapitre 3.2 – Techniques de ballon – Exercice 13.

Ce contenu fait partie du « Plan d'entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo », Chapitre 3.2 – Techniques de ballon – Exercice 13.

Source: Benjamin Redder, Swiss Waterpolo Education; Protagonistes Milan Petrovic et Marko Manojlovic



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO