

# Waterpolo – Plan d'entraînement cadre: Techniques de ballon – Prendre la faute

Ce contenu fait partie du «Plan d'entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo», Chapitre 3.2 – Techniques de ballon – Exercice 14.

Ce contenu fait partie du «Plan d'entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo», Chapitre 3.2 – Techniques de ballon – Exercice 14.

---

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**