

Waterpolo – Plan d'entraînement cadre: Techniques de ballon – crawl avec ciseaux avec touche le ballon (pousser le ballon)

Ce contenu fait partie du «Plan d'entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo», Chapitre 3.2 – Techniques de ballon – Exercice 17.

Ce contenu fait partie du «Plan d'entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo», Chapitre 3.2 – Techniques de ballon – Exercice 17.

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