

Waterpolo – Plan d'entraînement cadre: Techniques de natation – Nage alternée

Ce contenu fait partie du « Plan d'entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo », Chapitre 3.2 – Techniques de natation – exercice 7.

Ce contenu fait partie du « Plan d'entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo », Chapitre 3.2 – Techniques de natation – exercice 7.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO