Futsal: Six à la suite

Ce test, sous forme de parcours technique, comprend six exercices à effectuer à la suite, le plus rapidement possible. En cas de faute, le mouvement doit être recommencé. Le chronomètre s'arrête lorsque le joueur a effectué l'intégralité du parcours.

Futsal: Six à la suite

Source: Cahier pratique «mobile» 25/2007, Luca Zanni

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO