

Natation – Crawl: Crawl sous-marin

Nager le crawl sous l'eau ralentit le déroulement du mouvement. Cet exercice permet aux nageurs d'intérioriser plus facilement les différents éléments techniques.

Les jeunes nagent le crawl sous l'eau.

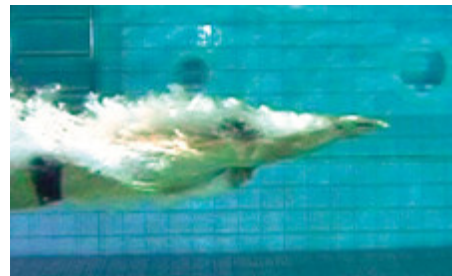


Photo: Bissig, 2008.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO