

Natation – Brasse: Le revers de la médaille

Grâce à cet exercice à contrastes, les élèves expérimentent les critères qui distinguent une technique correcte d'une exécution erronée!

Un exercice particulièrement apprécié des jeunes consiste à «faire tout faux»! Il est néanmoins primordial qu'ils terminent par une exécution correcte lors du dernier mouvement.



Photo: Bissig, 2008



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO