

Waterpolo – Plan d’entraînement cadre: Tactiques individuelles – Pointe : Réception du ballon sur la mauvaise côte et revers

Ce contenu fait partie du « Plan d’entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo», Chapitre 3.5 – Tactiques individuelles – Exercice 17.

Ce contenu fait partie du « Plan d’entraînement cadre de Swiss Aquatics Water Polo», Chapitre 3.5 – Tactiques individuelles – 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