

# Lutte suisse/Jeux nationaux: Circuit: musculature du tronc et des hanches / Coordination

Au cours de cette leçon, les enfants effectuent un parcours composé de postes pour renforcer la musculature du tronc et des hanches.

[Lutte suisse/Jeux nationaux: «Circuit: musculature du tronc et des hanches» \(pdf\)](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO