

Anneaux: Un bon balancer

Les anneaux comportent quelques risques lorsque le mouvement de balancer est sous-estimé. Avec une bonne méthodologie et les bons gestes d'assurance et d'assistance, l'enseignant peut toutefois minimiser les risques.

Anneaux: Un bon balancer

Source: Stucki, K., Bechter, B., Hunziker, R. (2005) Cahier pratique «mobile» 11/2005: Anneaux.
Macolin: Office fédéral du sport OFSPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO