

## Endurance – Tennis: Tie-break compris

Ce moyen didactique, dédié au tennis, présente six exercices d'endurance: quatre pour les deux phases préparatoires, deux autres pour la phase compétitive.



### Endurance – Tennis: Tie-break compris

---

Source: Cahier pratique «mobile» 30/2007, Harry Sonderegger



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**