

J+S-Kids – Patinage: Leçon 6 «Croiser en arrière»

Au cours de cette leçon, les enfants développent leur aisance en patinage arrière, et notamment les croisés. Les exercices doivent être systématiquement effectués dans les deux sens (gauche/droite).



J+S-Kids – Patinage: Leçon 6 «Croiser en arrière»

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO