

J+S-Kids – Sports de montagne: Leçon 6 «De la marche à l'escalade sans la corde»

Au cours de cette leçon, les enfants apprennent à déplacer leur corps dans la dimension verticale et à se maintenir en équilibre (avec ou sans les mains). Ils apprivoisent également le rocher et différentes situations d'escalade.

[J+S-Kids – Sports de montagne: Leçon 6 «De la marche à l'escalade sans la corde»](#) (pdf)



Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO