

Pour les enfants – Course/Saut/Lancer: Leçon 9 «Lancer en rotation»

Au cours de cette leçon, les enfants sont initiés aux rotations et aux lancers en position d'équilibre.

[J+S-Kids – Course/Saut/Lancer: Leçon 9 «Lancer en rotation»](#) (pdf)

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO