

Pour les enfants – Course/Saut/Lancer: Leçon 7 «Avec la perche en forêt»

Au cours de cette leçon, les élèves apprennent à utiliser la perche en bois comme un pendule et se familiarisent avec le mouvement. En outre, ils renforcent leur musculature.

[J+S-Kids – Course/Saut/Lancer: Leçon 7 «Avec la perche en forêt»](#)

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO