

Pour les enfants – Course/Saut/Lancer: Leçon 6 «Utiliser la perche»

Au cours de cette leçon, les élèves apprennent à utiliser la perche comme un pendule et gagnent en confiance avec le matériel. En outre, ils renforcent leur musculature.



J+S-Kids – Course/Saut/Lancer: Leçon 6 «Utiliser la perche»

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO