

Pour les enfants – Tir sportif: Leçon 6 «Départ du coup coordonné»

Au cours de cette leçon, les enfants améliorent la coordination des éléments de base: viser, respirer, départ du coup, viser après le départ du coup. Ils doivent effectuer le déroulement de mouvements complet correctement.



[J+S-Kids – Tir sportif: Leçon 6 «Départ du coup coordonné»](#) (pdf)

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO