

Pour les enfants – Natation synchronisée: Leçon 3 «Figures»

Au cours de cette leçon, les enfants apprennent leur première figure: la jambe de ballet. Une certaine tension de base, des connaissances d'une technique de pagayage correcte et une bonne mobilité sont indispensables.



J+S-Kids – Natation synchronisée: Leçon 3 «Figures»

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO