

Nuoto: Lezione accompagnata

Questa lezione è adatta allo stile di nuoto in cui gli allievi sono già relativamente ferrati. Grazie ai diversi compiti svolti nuotando, gli allievi variano le loro capacità e ampliano il repertorio dei movimenti.

[Lezione accompagnata](#)

Fonte: [Swimspo – Interassociazione delle federazioni e istituzioni svizzere interessate per gli sporti acquatici](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO