

Nuoto: Postazioni

Questa lezione consente agli allievi di elaborare diversi aspetti di uno stile di nuoto. La lezione si basa su un metodo di lavoro relativamente indipendente. Tramite postazioni con diversi contenuti viene favorito l'apprendimento individuale.

Postazioni

Fonte: Swimspo – Interassociazione delle federazioni e istituzioni svizzere interessate per gli sport acquatici



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO