

Natation: Stations

Dans cette leçon, les nageurs travaillent différents aspects d'une technique. La méthode de travail en relative autonomie, par stations avec des tâches différenciées, favorise l'apprentissage individuel.

Leçon: Stations

Source: swimsports.ch – Interassociation des fédérations et institutions suisses intéressées par les sports aquatiques



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO