Pour les enfants – Course/Saut/Lancer: Leçon 10 «Lancer dans l'axe»

Au cours de cette leçon, les enfants découvrent différents jeux de lancer. L'accent est mis sur un mouvement direct par-dessus la tête avec le bras tendu, soit les bases du lancer du javelot.

J+S-Kids – Course/Saut/Lancer: Leçon 10 «Lancer dans l'axe»

Source: J+S-Kids

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO