

<http://clg-blois-begon-blois.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article5212>



Apprendre à plonger

- Pédagogie - EPS - CHAMP APPRENTISSAGE 1 : Natation, athlétisme - NATATION -



Date de mise en ligne : vendredi 20 novembre 2020

Copyright © Collège Michel Bégon - Blois - Tous droits réservés

Voici ci-après une vidéo expliquant les techniques de base du plongeon.

https://www.youtube.com/watch?v=dME_8JDr3H8

1. plongeon bouteille
2. plongeon assis
3. plongeon debout