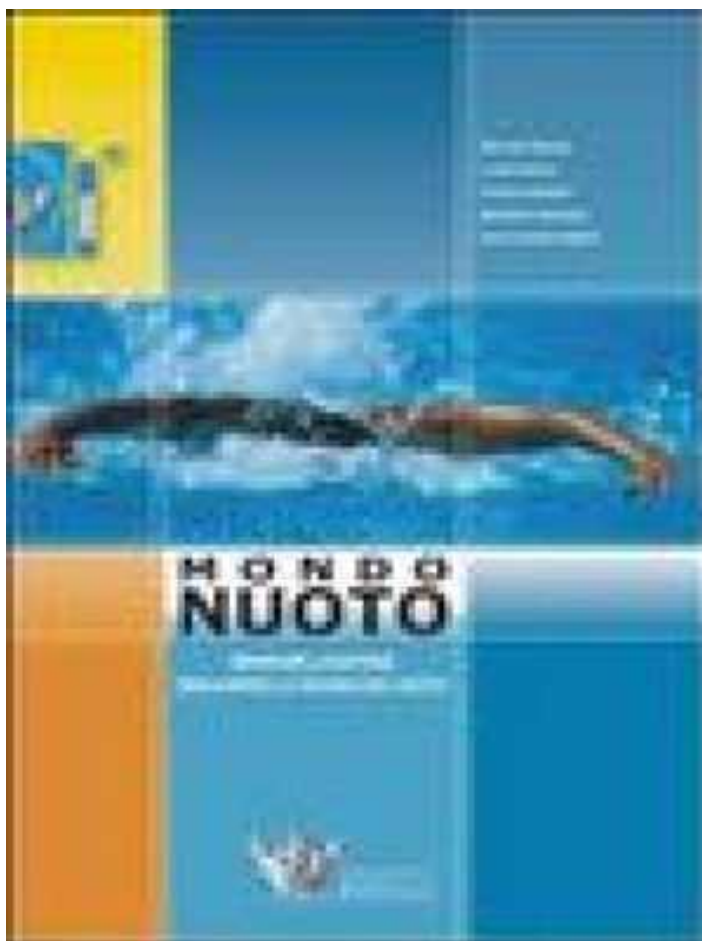


Keywords: Mondo nuoto. Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto libro pdf download, Mondo nuoto. Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto scaricare gratis, Mondo nuoto. Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto epub italiano, Mondo nuoto. Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto torrent, Mondo nuoto. Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto leggere online gratis PDF

Mondo nuoto. Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto PDF

Corinne Grobli



Questo è solo un estratto dal libro di Mondo nuoto. Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Corinne Grobli
ISBN-10: 9788860281296
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2032 KB

DESCRIZIONE

Un testo particolarmente innovativo nel campo dell'apprendimento del nuoto e delle tecniche più avanzate; un manuale indicato sia per chi si avvicina per la prima volta a questa disciplina sportiva, sia per chi intende affinare la proprio abilità in acqua, anche con ambizioni agonistiche di alto livello. Gli autori hanno voluto accompagnare chi deve insegnare a nuotare e chi direttamente si immerge in acqua, fin dal primissimo contatto con il nuovo elemento: il primo capitolo fornisce indicazioni per favorire un rapporto con l'acqua il più naturale possibile, portando gli allievi a familiarizzare con il nuovo ambiente, ad immergersi, a galleggiare e scivolare senza problemi: il tutto grazie al supporto di esercizi e giochi descritti ed illustrati. Un secondo capitolo introduce le principali tecniche di nuoto (crawl, dorso, rana e delfino), che vengono poi approfondite ed ottimizzate nel terzo capitolo, con l'utilizzo di una serie di fotografie e di diagrammi di grande impatto e di notevole chiarezza. Sempre nell'ottica di dare la massima importanza alla conoscenza e ad un buon rapporto con l'ambiente acquatico, un intero capitolo è dedicato all'analisi dei principi fisici fondamentali alla base del nuoto. Le ultime sezioni del manuale gettano infine uno sguardo sulle altre attività che si possono praticare in acqua, come l'immersione, i tuffi e la pallanuoto e all'importante ruolo che hanno il salvamento e la sua pratica, proponendone i più efficaci metodi di insegnamento.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

www.medicalinformation.it

Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto. M. Bissig; L. Amos; ... Mondo nuoto. Imparare a nuotare, migliorare la tecnica del nuoto. M. Bissig; ...

LA TECNICA DEL Nuoto Annata 1977 Completa Rilegata In Tela Rossa - EUR 20,00. ANNAT/ COMPLETA LA TECNICA DEL NUOTO ELEGANTEMENTE RILEGATA IN TELA ROSSA OTT. PER ...

MONDO MUOTO. IMPARARE A NUOTARE, MIGLIORARE LA TECNICA DEL NUOTO

[Leggi di più ...](#)