http://www.broceliandesub.com/?Famille-Sportsub-no4

Famille Sportsub n°4

- Divers -

Date de mise en ligne : jeudi 23 mai 2019

Copyright © Brocéliande Sports Subaquatiques - Tous droits réservés

Famille Sportsub
4
Maman
© CIBPL FFESSM 2018 www.cibpl.fr
Question
Pourquoi *Maman* doit reprendre l'entraînement progressivement après un arrêt prolongé ?
a. pour éviter les blessures.
b. améliorer la tolérance psychologique.
c. avoir de meilleures performances.
Réponse
La réponse a, b et c.