

Pour le meilleur et pour l'EPI

Titre(s): Pour le meilleur et pour l'EPI [[périodique]] / Guy Thibault

Ensemble: Sport et vie 198

Autre(s) auteur(s): Thibault, Guy

Editeur, producteur: 01/05/23

Description matérielle: pp.35-39

ISSN: 1152-9563

Note sur la description matérielle: 5

Résumé ou extrait: Après nous avoir convaincu des bienfaits de l'entraînement par intervalles, Guy Thibault explique comment construire une séance.

Sujet - Nom commun: Sciences du sport
Entraînement -- Aspect physiologique
Entraînement fractionné