

EPI, mode d'emploi

Titre(s): EPI, mode d'emploi [[périodique]] / Guy Thibault

Ensemble : Sport et vie 199

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

Editeur, producteur : 01/07/23

Description matérielle : pp.35-39

ISSN : 1152-9563

Note sur la description matérielle : 5

Résumé ou extrait : Dans ce troisième et dernier volet du dossier consacré à l'EPI (entraînement par intervalles), on aborde les questions pratiques de sa mise en oeuvre, notamment du choix du modèle pour concocter ses séances.

Sujet - Nom commun : Sciences du sport
Entraînement -- Physiologie
Entraînement fractionné