

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