Techniques de marche nordique

Posté par:
sur 18 Nov, 2026
Catégorie : Divers

Bonjour à tous et à toutes!!!

Même les australiens s'y sont mis!

http://www.nordicacademy.com.au/

et des vidéos!

http://www.youtube.com/user/Isamaennli

Dont l'une, présente les techniques basiques:

http://www.youtube.com/watch?v=gZ_K6p_zUdA

Merci qui?

Eh oui, n'en jetez plus, je sais,... trop, c'est trop,...