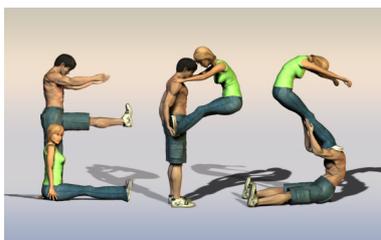


<http://clg-rene-cassin-ouzouer-le-marche.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article871>

Renforcement Musculaire

3°1/3°2

- Pédagogie et Voyages - LES DISCIPLINES - E.P.S. -



Date de mise en ligne : mardi 21 mai 2013

Copyright © Collège René Cassin- Beauce La Romaine - Tous droits réservés

Comme promis je vous joins la fiche d'entraînement avec les différents étirements ainsi que les fiches de renforcement pour chaque groupe musculaire travaillé...

Bon entraînement !

Mme Guénais