

	Le développé couché
Dates	26/02/2021
Durée	1h
Ressources mises à disposition	Cours vidéo sur plateforme
Formateur ressource	Thibaut Lely
Cours concerné	Développé couché
Devoir	<ol style="list-style-type: none">1) Qu'est ce que le pontage au développé couché ?2) Qu'elles sont les consignes de sécurité à donner pour le développé couché ?3) Pourquoi doit on faire une adduction de scapula sur ce mouvement ?
Evaluation	Correction par mail
Modalité de suivi	Questions réponses forum
Délai de réalisation	12/02/21

