

Semaine 9 :

Ressources mises à disposition	PDF
Formateur ressource	Christophe DAMIEN
Cours concerné	
Devoir	<p>Réaliser la séance 5 de musculation et répondre aux questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quel a été votre ressenti sur la séance ?</li> <li>- Quels sont les exercices de renforcement d'assistance et complémentaire ?</li> <li>- Quelle est la différence entre complémentaire et accessoire ?</li> </ul>
Date de rendu de devoir	Le Jeudi 4 Décembre