

Semaine 9 :

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