

BIEN-ÊTRE SANTE DU MARDI

Mardi 02/05

**Renforcement musculaire
Bas du corps 1**

Mardi 09/05

**Renforcement musculaire
Haut du corps 1**

Mardi 16/05

**Renforcement musculaire
Abdo 1**



Mardi 23/05

**Renforcement musculaire
Bas du corps 2**

Mardi 30/05

**Renforcement musculaire
Haut du corps 2**

Mardi 06/06

Renforcement musculaire

