



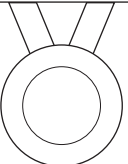


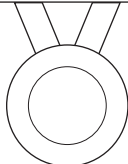
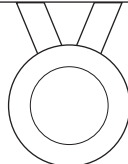
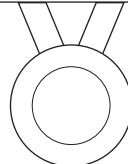
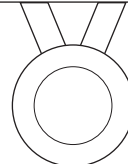


CETTE SEMAINE, JE BOUGE!

Nom: _____

Qui peut t'aider à atteindre tes objectifs cette semaine? _____

	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
 COURIR Ex: Jeux de chat	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ
	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS
 ÉQUILIBRE Ex: Positions d'équilibre	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ
	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS
 SAUTER Ex: Sauts à écarts	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ
	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS
 LANCER Ex: Lancer sur cible	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ
	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS
							



KOMAK
SOIS OLYMPIQUE

Quelle a été ton activité ou ton mouvement préférée cette semaine? _____



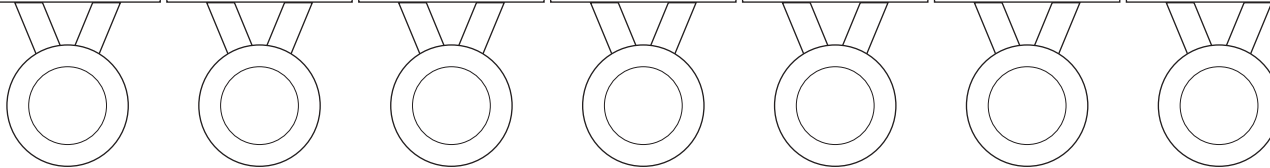
× **ACTIF POUR LA VIE**

CETTE SEMAINE, JE BOUGE!

Nom: _____

Qui peut t'aider à atteindre tes objectifs cette semaine ? _____

	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
 COURIR Ex: Jeux de chat	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ
	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS
 ÉQUILIBRE Ex: Positions d'équilibre	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ
	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS
 SAUTER Ex: Sauts à écarts	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ
	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS
 LANCER Ex: Lancer sur cible	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ	ACTIVITÉ
	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS	TEMPS



KOMAK
SOIS OLYMPIQUE

Quelle a été ton activité ou ton mouvement préférée cette semaine? _____



SCHOOL PROGRAM



ACTIF POUR LA VIE