



Semaine du sport scolaire au collège Lou Blazer



OBJECTIF 2024

A découvrir et vivre pendant vos cours d'EPS et à l'AS !





OBJECTIF 2024



Exercices	Résultats et Classe	Exercices	Résultats et Classe
pompes		Chaises	
Squats		Echanges	

		badminton	
Jongles		Jongles badminton	
Jumping Jack		Paniers de basket	
Burpees		Flexions extensions	
Gainage de face		Corde à sauter	
Gainage de côté		Lancers de vortex	
Gainage table		Monter de genoux	
Dips		Talons fesses	
Tours de piste		fentes	

