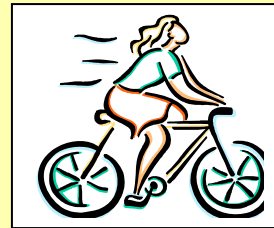


**CONDITIONNEMENT  
PHYSIQUE**



**3<sup>e</sup> ,4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> secondaire.  
1 groupe. Maximum 10 filles.**

**Lundi de 15h55 à 16h55**

**OBJECTIF  
Se maintenir en forme.**

**CONTENU  
- spinning**

**MOYENS  
- exercices de réchauffement  
- vélo stationnaire**

**COÛTS  
Les coûts en sont de 115\$**