

Semaine 8(stage eau vive)						
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Stage Eau vive Bretagne	Stage Eau vive Bretagne	Stage Eau vive Bretagne	Stage Eau vive Bretagne			
Stage Eau vive Bretagne	Stage Eau vive Bretagne	Stage Eau vive Bretagne	Stage Eau vive Bretagne			
Point à travailler sur la semaine	Remarques importantes					
	Bien s'échauffer / Bien boire / s'étirer régulièrement					