



BOUGEZ !

publié le 17/03/2020

Descriptif :

Les événements actuels amènent tout un chacun à s'organiser du mieux possible.

Dans le cadre de la continuité pédagogique, les enseignants d'EPS et l'infirmière scolaire demandent à chaque élève et famille de se responsabiliser face à une adaptation de pratique sportive dans le cadre du confinement.

Ainsi il est demandé, dans la mesure du possible et en respectant les consignes gouvernementales, de consacrer entre 1/2 heure à une heure par jour à une activité physique (abdominaux, gainage, marche, corde à sauter, vélo, trottinette, skate, promenade du chien etc...).

Le présence soutenue devant les écrans est nocive pour la santé, nous ne cesserons de le rappeler.

Bouger est primordial !! Sportez-vous bien !

CLIQUEZ sur le lien, regardez et prenez vos baskets !

https://www.youtube.com/watch?v=yEm6USy_GG4