



Pause active



PLANETE

Promouvoir L'Activité physique
eN Éducation Thérapeutique



Pause active

**Montrer un exercice
pour tester l'équilibre**



Pause active

**Montrer un exercice
pour tester la souplesse**



Pause active

**Donner un exemple
d'exercice statique**



Pause active

**Mimer une activité physique
et sportive pour la faire
deviner aux autres**



Pause active

**Prendre la position
de l'arbre et tenir le plus
longtemps possible**



Pause active

**Mimer une activité physique
quotidienne pour la faire
deviner aux autres**



Pause active

**Donner un exemple
d'exercice à faire sur
sa chaise sans se lever**