

Dates	Jeudi 01 avril 2021
Durée	1h
Ressources mises à disposition	Cours Zoom + PDF sur plateforme
@	Lely Thibaut
Cours concerné	La mobilité
Devoir	 <ul style="list-style-type: none"><li>- Déterminez les chaines musculaires à raccourcir et celles à allonger afin d'améliorer la posture générale</li></ul>
Evaluation	Correction par mail
Modalité de suivi	Questions réponses forum
Délai de réalisation	10 avril 2021