



RELEVEZ LE DÉFI

N'hésitez pas à défier votre famille !!

N°56

Mardi 26 mai 2020

Lutte « à linge »			
Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Record
Gagne au moins 2 parties dans la journée	Gagne 3 parties dans la journée	Gagne 4 parties dans la journée	Combien de parties gagnées consécutivement ?



Je pense à éloigner tout ce qui casse !
Je reste modeste dans mes actions.



Préparation :

- Si tu ne sais pas comment jouer, regarde sur le site
- Un chronomètre
- Veille à ce que l'espace autour de toi soit suffisant

Tu peux essayer le défi plusieurs fois !

PROPOSE TON DEFI A TON PROFESSEUR !



OBJECTIF
5 | Manger au moins
5 portions de fruits
et légumes par jour



OBJECTIF
30 | Bouger au moins
30 minutes par jour



OBJECTIF
Équilibre | Prendre au moins
une pause par jour