

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
semaine 16 au 22 mars	REPOS	REPOS	S1	S2	Activité au choix en famille. Mais je vous envoie des petits documents sur la natation à lire et expliquer avec vos enfants	S3
Semaine 23 au 29 Mars	S1	S3	S5 + documents natation	S2	S4	S1
semaine 30 au 05 avril	S2	S4	S3 + documents natation	S5	Ce jour ci, je vous laisse choisir vos entraînements mais il faut en enchaîner 2 de suite (ex : S3+S4)	Faire une autre activité (vélo / petite marche) mais rien empêche de faire quelques exercices de votre choix.