

NOM et PRENOM :			CLASSE :	SEMAINE N° 5
SEANCE	JOUR	CHOIX DE L'ACTIVITE	SENSATIONS/IMPRESSIONS	
N°1	LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI	Marche 20 minutes	Facile  Assez difficile  Difficile  Pas fini	Intéressant
		Activité artistique: jeux de cartes émotions contraintes		Amusant
		Activité artistique: flashmob		Ennuyant
		Jeux en famille: cross training jeux de cartes		Complicé
		Jeux en famille: défis biathlon 1 ou 2		Apaisant
		Entretien physique: work of the day		Autre: _____
		Entretien physique: lance un dé à 7 faces		
		Jeux en famille : jeu de l'oie		
		Jeux en famille: Qui sera champion EPS		
		Relaxation-Yoga: Détente 3 séances		
		Relaxation-Yoga: Relaxation en 20 minutes		
		Ouverture culturelle "Lumni": _____		
N°2	LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI	Marche 20 minutes	Facile  Assez difficile  Difficile  Pas fini	Intéressant
		Activité artistique: jeux de cartes émotions contraintes		Amusant
		Activité artistique: flashmob		Ennuyant
		Jeux en famille: cross training jeux de cartes		Complicé
		Jeux en famille: défis biathlon 1 ou 2		Apaisant
		Entretien physique: work of the day		Autre: _____
		Entretien physique: lance un dé à 7 faces		
		Jeux en famille : jeu de l'oie		
		Jeux en famille: Qui sera champion EPS		
		Relaxation-Yoga: Détente 3 séances		
		Relaxation-Yoga: Relaxation en 20 minutes		
		Ouverture culturelle "Lumni": _____		
N°3	LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI	Marche 20 minutes	Facile  Assez difficile  Difficile  Pas fini	Intéressant
		Activité artistique: jeux de cartes émotions contraintes		Amusant
		Activité artistique: flashmob		Ennuyant
		Jeux en famille: cross training jeux de cartes		Complicé
		Jeux en famille: défis biathlon 1 ou 2		Apaisant
		Entretien physique: work of the day		Autre: _____
		Entretien physique: lance un dé à 7 faces		
		Jeux en famille : jeu de l'oie		
		Jeux en famille: Qui sera champion EPS		
		Relaxation-Yoga: Détente 3 séances		
		Relaxation-Yoga: Relaxation en 20 minutes		
		Ouverture culturelle "Lumni": _____		
N°4	LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI	Marche 20 minutes	Facile  Assez difficile  Difficile  Pas fini	Intéressant
		Activité artistique: jeux de cartes émotions contraintes		Amusant
		Activité artistique: flashmob		Ennuyant
		Jeux en famille: cross training jeux de cartes		Complicé
		Jeux en famille: défis biathlon 1 ou 2		Apaisant
		Entretien physique: work of the day		Autre: _____
		Entretien physique: lance un dé à 7 faces		
		Jeux en famille : jeu de l'oie		
		Jeux en famille: Qui sera champion EPS		
		Relaxation-Yoga: Détente 3 séances		
		Relaxation-Yoga: Relaxation en 20 minutes		
		Ouverture culturelle "Lumni": _____		