

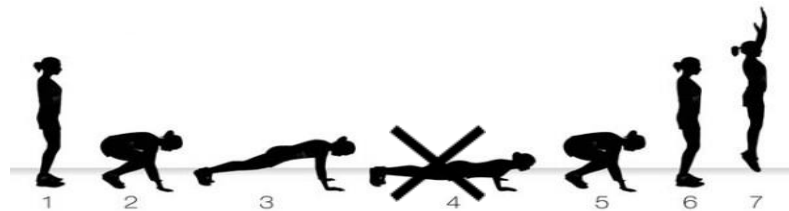
# JEU DE L'OIE - LEXIQUE

## JUMPING JACKS

*Sauts étoiles*



## BURPEES



## MOUNTAIN CLIMBERS

*Alpinistes*



## SQUATS



Maintenir cette position 1 à 2" puis revenir en position normale (debout) et recommencer.