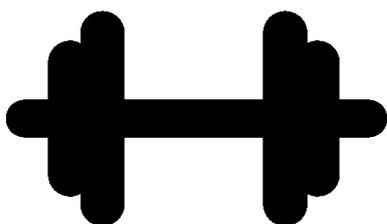


<http://er-simone-veil-amilly.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article92>

# Atelier renforcement musculaire

- La vie à l'EREA - Internat éducatif - Ateliers de 17h à 18h30 -



Publication date: mardi 4 juillet 2023

---

Copyright © Établissement régional d'enseignement adapté de AMILLY -

Tous droits réservés

---

### **Autonomie, responsabilité, donner le goût de l'effort**

L'atelier commence par un échauffement. Ensuite, les élèves renforcent l'ensemble de leurs muscles : le dos, les abdos, les jambes, les bras, le haut du corps... Ils apprennent aussi à bien se positionner pour chaque exercice.