

# ON GARDE



# LE CONTACT

## SOLIDARITÉ

### SPÉCIAL COVID-19



#### DU SPORT EN FAMILLE :

En cette période de confinement, faire du sport à la maison est essentiel au bien-être des enfants (et des parents !).

Lucile Woodward vous propose une séance de sport en live pour faire bouger vos enfants et partager un bon moment en famille. Le sport est une très bonne activité pour aider les enfants à dépenser leur énergie !

Pour accéder au programme spécial confinement : « OBJECTIF : GARDER LA FORME A LA MAISON »

Cliquer sur le lien : [https://www.youtube.com/playlist?list=PLh\\_OTTkvaN1Rk8AtozoCZ-UhhSsx7k7Nx](https://www.youtube.com/playlist?list=PLh_OTTkvaN1Rk8AtozoCZ-UhhSsx7k7Nx)



**Aussi :** Pour profiter de faire quelques mouvements en famille, durant cette période si particulière, vous pouvez vous rendre sur : Gooveapp.web. Cette application est disponible sans téléchargement