



# Mars

2026

## Le corps humain

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI



2

Le mouvement

3

Les parties du corps

4

Les 5 sens

5

Respiration, calme et détente

6

Les bobos et les blessures

9

Les bobos et les blessures

10

Le mouvement

11

Les parties du corps

12

Les 5 sens

13

Respiration, calme et détente

16

Respiration, calme et détente

17

Les bobos et les blessures

18

Le mouvement

19

Les parties du corps

20

Les 5 sens

23/30

Les 5 sens / Les parties du corps

24/31

Respiration, calme et détente/ Les 5 sens

25

Les bobos et les blessures

26

Le mouvement

27

Les parties du corps

