

1. RENFORCER LES OS



1.1 PANTIN

1.2 SAUTEUR À LA CORDE

1.3 CATWOMAN



2. RENFORCER LES MUSCLES



2.1 GRENOUILLE

2.2 AVION

2.3 SPIDERMAN



3. STIMULER LA CIRCULATION SANGUINE



3.1 TRIATHLON

3.2 JEUX OLYMPIQUES D'HIVER

3.3 CHEVAL



4. DÉVELOPPER L'AGILITÉ



4.1 CLOWN

4.2 POLICHINELLE

4.3 HÉRISSE

4.4 JOUEUR DE TENNIS

4.5 BASKETTEUR

4.6 PIRATE

4.7 MAGICIEN



5. MANGER AVEC PLAISIR



5.1 DE L'EAU!

5.2 DES FRUITS ET DES LÉGUMES

5.3 DES REPAS RÉGULIERS

5.4 MANGER DE TOUT

5.5 DES REPAS SANS ÉCRAN





6.1 QUEUE DE RENARD

6.2 KANGOUROU

6.3 «JACQUES A DIT»

6.4 SERPENT

