

<http://ec-marigny-les-usages.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article887>



# La relaxation

- Les Archives 2019 2020 - 003.Des activités de sport -



Date de mise en ligne : jeudi 19 mars 2020

---

Copyright © Ecole Primaire de Marigny-Les-Usages - Tous droits réservés

---

A faire en famille pour les plus petits ou seul pour les plus grands, nous vous proposons de prendre des temps de relaxation. A faire à tout moment de la journée, quand vous en ressentez le besoin.

Voici quelques liens pour vous aider :

<https://www.youtube.com/watch?v=WnxOoifQ398>

[https://www.youtube.com/watch?v=CWRAe2b\\_Zhl](https://www.youtube.com/watch?v=CWRAe2b_Zhl)

<https://www.youtube.com/watch?v=Sku3BeewbWA>