

Travailler c'est chouette,
mais bouger c'est super chouette.



Faire un peu de place autour de la télévision, de l'ordinateur ou de la tablette.

Mettre le son bien fort et se mettre debout.

Appeler tout ceux qui sont autour de toi.

Cliquer [sur ce lien](#) et faire les mouvements ...

Et on compte bien, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

Si cela vous a plu, un [deuxième lien ici avec d'autres exercices.](#)