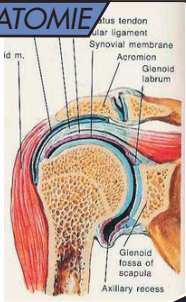


ANATOMIE



MOBILISATION

TEXTE DU TEXTE DU TEX-
TE DU TEXTE DU TEXTE
DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE

TITRE No 1

TEXTE DU TEXTE DU TEX-
TE DU TEXTE DU TEXTE
DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE

TITRE No 2

TEXTE DU TEXTE DU TEX-
TE DU TEXTE DU TEXTE
DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE

MOBILISATION

TEXTE DU TEXTE DU TEX-
TE DU TEXTE DU TEXTE
DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE

POSTION INITIALE

Pour
réussir au mieux
l'exercice bien se pla-
cer sur la chaise en
avant.



Bien tendre la jambe
pour accomplir l'exer-
cice, tout en regardant
en avant.

MOBILISATION

TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE
DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE

CONSEILLER POUR:

TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE
DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE

DEROULEMENT

Pour
réussir au mieux
l'exercice bien se pla-
cer sur la chaise en
avant.



Bien tendre la jambe
pour accomplir l'exer-
cice, tout en regardant
en avant.

DECONSEILLE EN CA DE:

TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE
DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE

SI DOULEUR

TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE
DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE

DOSAGE

TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEX-
TE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE

REPETITION

TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE

ANGLE DE TRAVAIL

TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU TEXTE DU
TEXTE