

# OPTION SPORT SANTÉ BIEN ÊTRE



**PUBLIC**

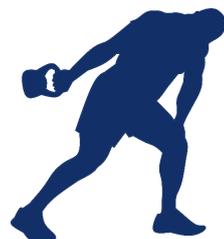
Filière Générale et  
Technologique

## AU PROGRAMME

Crossfit - Musculation  
Endurance  
Gym douce  
Relaxation  
Sophrologie  
Santé mentale  
Alimentation  
Biologie humaine  
Biomécanique...  
3h / semaine !



**Option gratuite !**



### Objectifs

Accompagner les apprenants à des projets d'études et des projets d'orientation dans le sport et la santé.