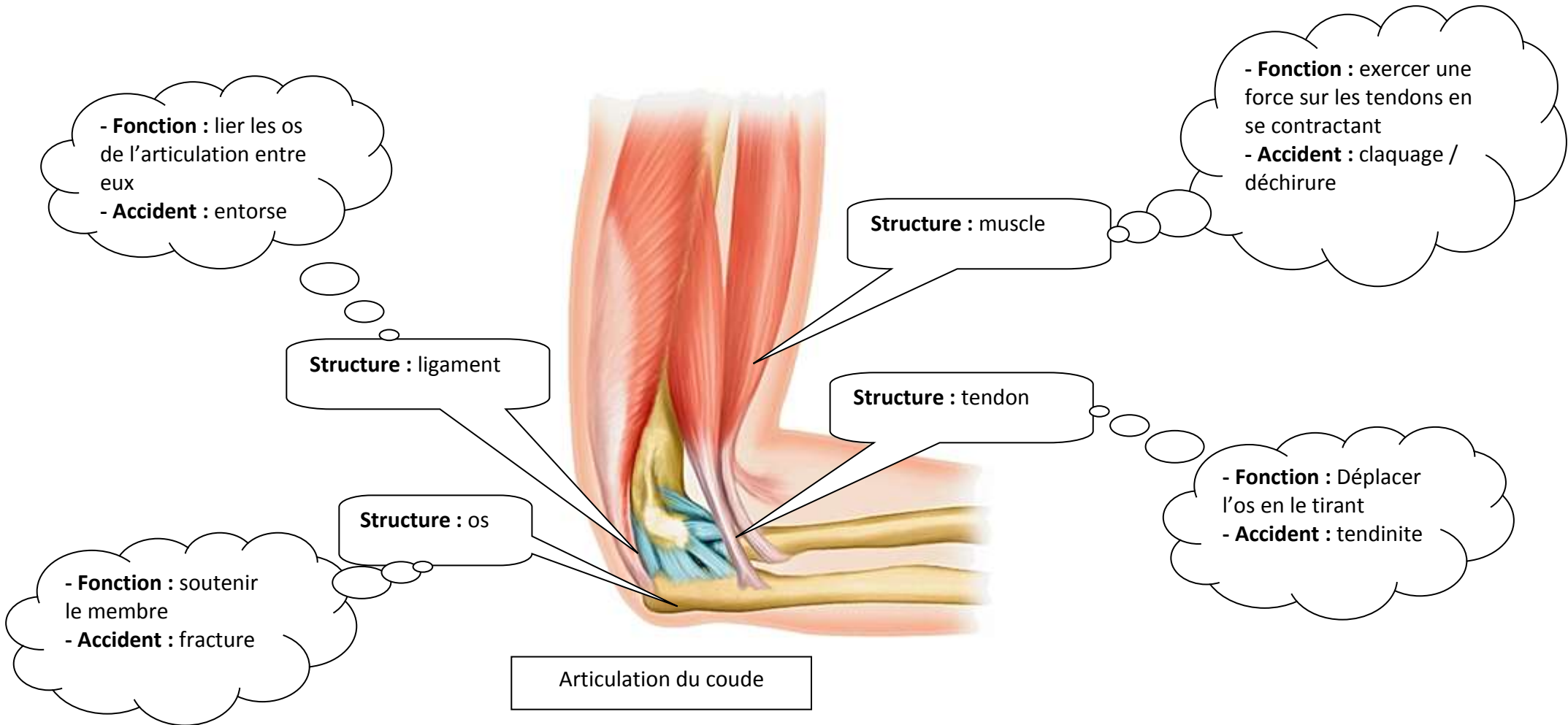


## Bilan Activité 7 : Pratiquer une activité physique en préservant sa santé

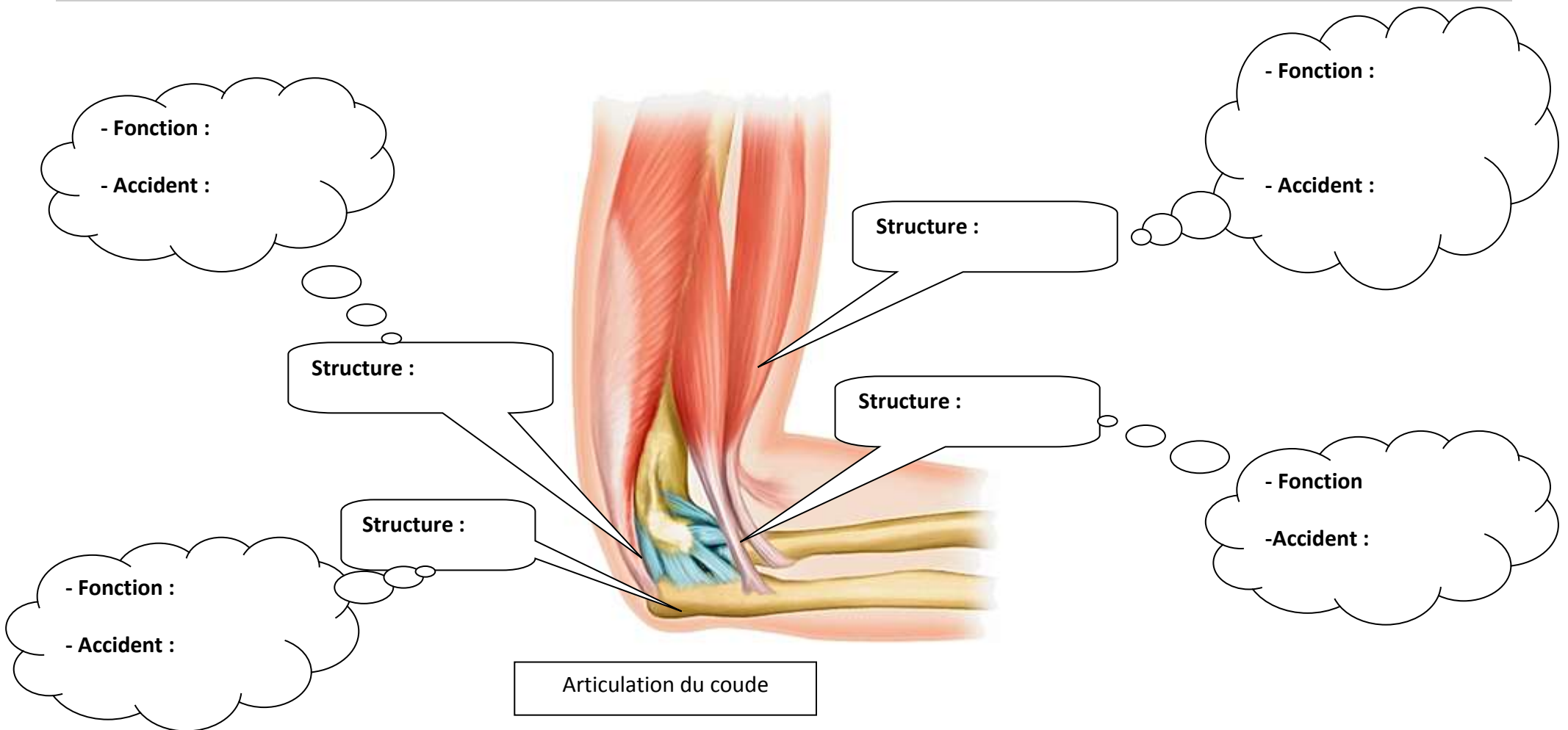


### Conseils :

- **Eviter le surentraînement**
- **S'échauffer et s'étirer**
- **S'hydrater**
- **Ne pas consommer de substances dopantes**



**Bilan Activité 7 : Pratiquer une activité physique en préservant sa santé**



Articulation du coude

**Conseils :**

