

DEFIS DES GRENOUILLES

AVRIL 2021



Salut les Agiles,

Après vos beaux efforts pour tenir le défi du mois de mars, j'ai décidé de vous programmer un défi par semaine pour le mois d'avril :

Tous vos résultats sont à envoyer sur le groupe WhatsApp avec capture d'écran de la sortie (distance + temps)

Dénivelé total pour les défis distance : +/- 30m

- Semaine 1 : Défi 5Km
- Semaine 2 : Défi 100m d+
- Semaine 3 : Défi 10km
- Semaine 4 : Défi 300m d+

A VOS BASKETS