

Etes-vous méditatif ou actif ?

Etes-vous calme quand vous jouez ?

Etes-vous plutôt jardin ou plantes en pots ?

Quels avantages y a-t-il à pratiquer un loisir ?

Quelles est la différence entre sport et activité physique ?

Etes- vous plutôt :

- Loisirs physiques ?
- Loisirs pratiques ?
- Loisirs intellectuels ?

Selon vous quels sont les freins à pratiquer un loisir actif ?

Combien de temps est nécessaire par jour pour pratiquer une activité physique pour notre santé ?

Citez des activités physiques