



Ici, les amis jouent au 4 coins. Faire du sport peut aider les enfants à comprendre le fonctionnement de la compétition dans un environnement amical. Si vous faites de votre mieux, vous avez de meilleures chances de réussir.

Selon l'hypothèse de l'hygiène, l'exposition à la saleté, aux animaux domestiques et aux germes de tous les jours est bonne pour le corps et l'esprit. Les avantages pour la santé de «la saleté» comprennent un système immunitaire fort, moins d'allergies, une meilleure digestion, moins de maladies cardiaques, une meilleure gestion du stress et un agent antidépresseur naturel.



Grimper est excellent pour le développement moteur global. C'est un excellent exercice. Cela renforce la force. Cela améliore l'équilibre et la coordination.

Ninjas

Semaine du 18 au 22 mars 2019