



## RÉSEAU SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE EN NORD-PAS-DE-CALAIS

WWW.RESEAU-SPORT-SANTE-BIEN-ETRE-NPDC.FR

DES

### PYRAMIDE DES RECOMMANDATIONS EN MATIÈRE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE



REPRODUIT ET MODIFIÉ AVEC L'AIMABLE AUTORISATION DE

