

✂ Entraînement 6

u	t	o	r	e	u	t	o	r	e	u	t	o	r	e
n	e	u	l		n	e	u	l		n	e	u	l	
i	e	h	c	n	i	e	h	c	n	i	e	h	c	n
u	t	o	r	e	u	t	o	r	e	u	t	o	r	e
n	e	u	l		n	e	u	l		n	e	u	l	
i	e	h	c	n	i	e	h	c	n	i	e	h	c	n
u	t	o	r	e	u	t	o	r	e	u	t	o	r	e
n	e	u	l		n	e	u	l		n	e	u	l	
i	e	h	c	n	i	e	h	c	n	i	e	h	c	n
u	t	o	r	e	u	t	o	r	e	u	t	o	r	e
n	e	u	l		n	e	u	l		n	e	u	l	
i	e	h	c	n	i	e	h	c	n	i	e	h	c	n
u	t	o	r	e	u	t	o	r	e	u	t	o	r	e
n	e	u	l		n	e	u	l		n	e	u	l	
i	e	h	c	n	i	e	h	c	n	i	e	h	c	n