Regardez le reportage et répondez aux questions.

1. Comment peut-on suivre le nombre de pas qu'on fait dans la journée ?

   ……..

2. D'où vient l'idée de faire 10 000 pas par jour ?

   ……..

3. Faire 7 000 pas tous les jours a des bénéfices pour la santé. Lesquels ? /3 éléments/

   ……..

4. Quel est l'avis du médecin du sport concernant la faisabilité des 7 000 pas dans la journée ?

   ……..

5. Quelle est la recommandation du médecin par rapport à la régularité ?

   ……..

6. Quelle est la chose la plus importante ?

   ……..

CréatiFLE 2026