

Les exercices sont classés par catégories et sous-catégories.

Pour afficher le cumulatif du % du contenu annuel à l'entraîneur

Classement de l'exercice

Pour afficher l'animation de l'exercice

Pour afficher le cumulatif du % du contenu annuel à l'entraîneur de la séance affichée

Pour ajouter l'exercice affiché à la séance

Lorsqu'un exercice est sélectionné dans la liste du haut il apparaît dans cette section