



Il va falloir que tu t'accroches.

Laisse-moi le temps de digérer le petit déjeuner.

Le CrossFit, c'est un mélange d'endurance, d'haltérophilie et de gymnastique.

Je prends des barres pour travailler les quadriceps et les fessiers.

Quand tu finis, t'es vraiment crevée.

J'ai fait les championnats de France militaires de natation.

Tu cours après le chrono quand même.

J'ai eu quelques tendinites aux épaules, rien de traumatisant.

Le sport, c'est primordial pour évacuer le stress du travail.