



**TECHNIQUE DE HÈRO**



**PHYSIQUE DE HÈRO**



**ATTITUDE DE HÈRO**



**NOM DU HÈRO:** .....

**FICHES DE SUIVI**

# NIVEAU GLOBAL 1

Afin d'être un HÉRO de niveau 1, tu dois terminer toutes ces missions:

- Poings de fer niveau 1
- Physique de HÉRO niveau 1
- Attitude de HÉRO niveau 1

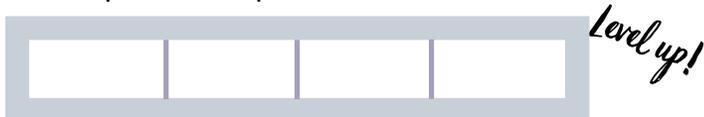
(Ça prendra évidemment plusieurs jours, persévère!)

## TECHNIQUE DE HÉRO

### Poings de fer niveau 1



Complète la capsule "Poings de fer niv.1 " 4 fois, afin de mériter ton écusson. Colore une case après chaque capsule. Une fois la barre pleine, tu peux colorier ton écusson.



## PHYSIQUE DE HÉRO

### Niveau 1



Complète la capsule:

"Physique de HÉRO niveau 1" 4 fois



*Level up!*

## ATTITUDE DE HÉRO

### Niveau 1



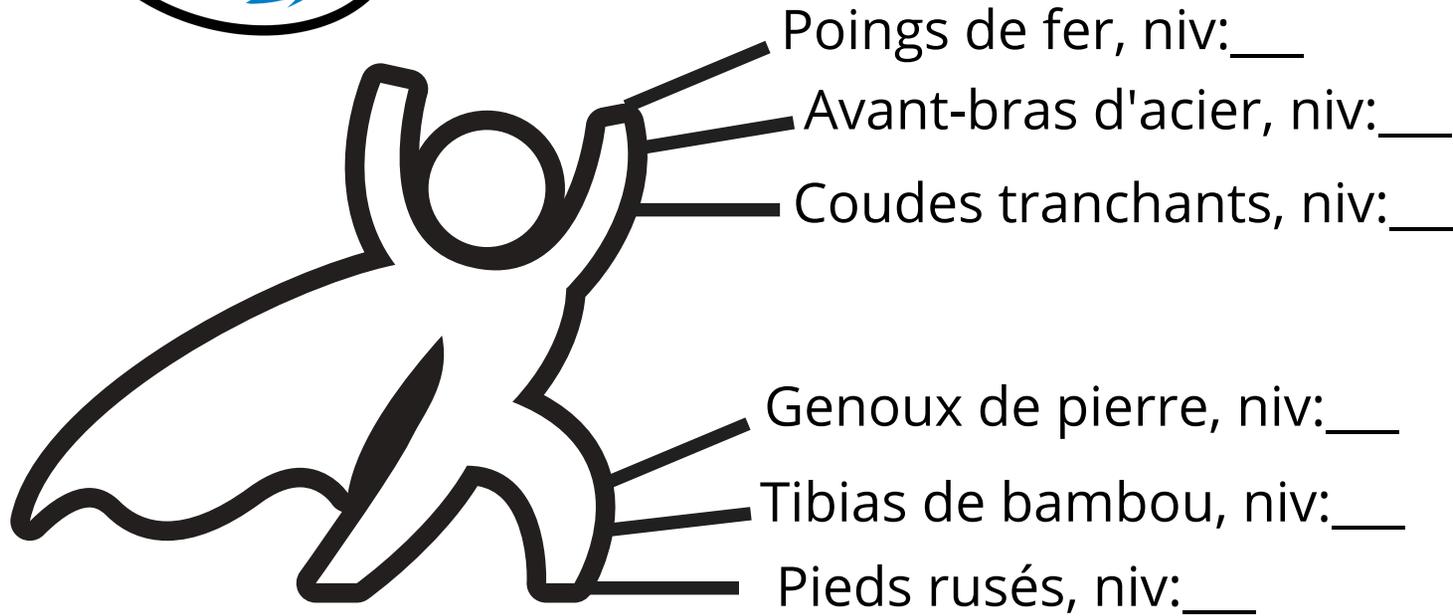
Complète l'exercice ci-bas, en écoutant la capsule "Attitude de HÉRO niveau 1".

Mes forces et qualités :

- |   |   |
|---|---|
| - | - |
| - | - |
| - | - |
| - | - |
| - | - |



**Niveau global: \_\_\_**



Mes projets

Mes intérêts

Forces et Qualités

Mes alliés

Mes superpouvoirs

Mes valeurs

Peurs à surmonter